ПРОЕКТ ИЗДАТЕЛЬСКОГО ДОМА „ЭПОХА"

Жанна АБУЕВА

Дагестанская КУХНЯ

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

Книга знакомит читателя с традиционной кухней Дагестана, имеющей свои неповторимые особенности и ароматы. Читатели узнают о блюдах для дагестанских праздников, разнообразных рецептах, которые помогут научиться готовить хинкал, курзе, чуду и другие блюда.

Рассчитана на широкий круг читателей.

- Дагестанская кухня
  - Предисловие автора
  - Глава первая
  - Глава вторая
  - Глава третья
  - Глава четвертая
  - Глава пятая
  - Глава шестая
  - Глава седьмая
  - Глава восьмая
  - Глава девятая
  - Глава десятая
  - Глава одиннадцатая
  - Глава двенадцатая
  - Глава тринадцатая
  - Глава четырнадцатая
  - Глава пятнадцатая
  - Кулинарная мини-энциклопедия молодой хозяюшки
  - БиБлиоГраФия

Дагестанская кухня

Предисловие автора

Уважаемые читатели! Прежде чем повести речь на тему, вынесенную в заголовок данной книги, мы решили ознакомить вас с Дагестаном как таковым, ведь плохая осведомлённость о нашем самобытном и уникальном крае просто не даст вам хорошо прочувствовать и по достоинству оценить весь смак и вкус его не менее уникальной кухни!

Хочется надеяться, что небольшая презентация нашего региона, которую мы предлагаем здесь вашему вниманию, не только покажется вам интересной и познавательной, но и поможет углубить познания в области истории и географии России, ибо, несмотря на кажущееся обилие информации со стороны сегодняшних СМИ, Дагестан с его громадным созидательным потенциалом продолжает оставаться одним из наиболее малоизученных и малоизвестных регионов России, иначе, согласитесь, не полагало бы сегодня вели кое множество россиян, что Дагестан – это совсем рядом с Афганистаном или где-то в Средней Азии!

Для полноты картины, пусть даже краткой, ну и, разумеется, чтобы вы не подумали, будто мы на себя наговариваем, мы решили прибегнуть к свидетельству известных людей, в разное время посетивших наш край и оставивших в истории своё о нём мнение.

Итак, Дагестан.

Официальная информация гласит, что это крупнейшая из северокавказских автономных республик, вот уже более полутора столетий входящая в состав России и являющаяся самой южной её территорией.

Дагестан расположен в восточной части Кавказа, на западном побережье Каспийского моря и находится в весьма выгодном географическом положении, по сути, связывая Европу с Востоком; по суше и морем он граничит с пятью государствами: Азербайджаном, Грузией, Туркменистаном, Казахстаном и Ираном, а в пределах Российской Федерации соседствует с Чеченской Республикой, Ставропольским краем и Калмыкией.

По разнообразию растительно-климатических поясов не имеет себе равных в России: от субтропического леса в устье реки Самур, пустынь и полупустынь на севере республики до высокогорных тундр и ледников.

Дагестанская флора насчитывает около 4000 видов, среди которых множество эндемиков и реликтов. Животный мир, необычайно разнообразный и богатый, состоит из 89 видов млекопитающих, 300 видов птиц и 92 видов рыбы, включая осетровые.

Кажется, что Дагестан создан специально для того, чтобы люди могли любоваться и наслаждаться его живописными красотами: песчаные пляжи с тёплой морской водой, целебный климат с обили ем солнечных дней, минеральные источники и лечебные грязи, прозрачный, ионизированный воздух и великое множество исторических и природных памятников, среди которых крупнейший в мире бархан Сарыкум, единственный в России субтропический лиановый лес, Сулакский каньон, занимающий по своей глубине второе место в мире после знаменитого Колорадского, огромное количество больших и малых водопадов, стремительных горных рек и речушек и многое-многое другое.

Отдельная тема – это самобытная культура Дагестана, чьё древнее искусство разнообразных народных ремёсел уходит корнями в глубь веков. Отметим лишь знаменитых златокузнецов из аула Кубачи, мастеров насечки по дереву из Унцукуля,

ковровщиц из Лезгистана и Табасарана, гончаров из Балхара, ювелиров из Гоцатля. Произведения наших дагестанских умельцев снискали признание во всём мире, не раз удостаиваясь самых высоких наград на международных выставках.

Уникальность Дагестана, в первую очередь, состоит в том, что это единственное место на земле, где на небольшой территории (50,3 тыс. кв. километров) проживает более 30 коренных наций и этнических групп, преимущественно кавказского и тюркского происхождения, каждая из которых говорит на своём собственном языке. Общая численность нашего населения – 2 млн.143 тыс. человек. Наиболее многочисленные из нас – аварцы (27,5 %), даргинцы (15,6 %), кумыки (12,9 %),

лезгины (11,3 %) и лакцы (5,4 %), затем идут табасаранцы, чеченцы, азербайджанцы (по 4,0 %), ногайцы (1,6 %), рутульцы, агулы, цахуры, таты, русские, а также армяне, грузины, татары и многие другие, в числе которых нельзя не упомянуть об арчинцах, проживающих в одном-единственном крохотном ауле и имеющих свой, также уникальный, язык.

Государственными языками Республики Дагестан, согласно Конституции РД, являются русский язык и языки народов

Дагестана. Поистине языком межнационального общения (а как иначе, если у нас что ни район, что ни селение, то новый язык или диалект языка) является русский язык.

Здесь необходимо заметить, что ни один из дагестанских народов не составляет абсолютного большинства и что за всю историю своего существования у нас не было межнациональных конфликтов, чем мы и гордимся в немалой степени.

Подавляющее большинство дагестанцев исповедует ислам суннитского толка; азербайджанцы и некоторые лезгины являются мусульманами-шиитами; русские, армяне и грузины исповедуют христианство, а горские евреи и таты – иудаизм. Представители всех религиозных конфессий мирно сосуществуют здесь на протяжении многих десятков лет.

Вообще Кавказ по праву называют уменьшенной моделью всего человечества, так он многолик и многоязычен. И если говорят, что Кавказ – это созвездие этносов, являющихся составной частью культурного генофонда мировой цивилизации, то Дагестан, безусловно, – самая яркая из звёзд этого созвездия.

Страна гор, Гора языков, Край орлов, Очаг древностей, Кладезь самобытной культуры… Как только ни называли эту крошечную точку земного шара! В каких только источниках ни упоминается этот совершенно уникальный уголок!

Земля наша известна с древнейших времён. Ещё Гомер пел о Каспии, а Птолемей в своих трудах упоминал о реке Сулак; Страбон отзывается о Дагестане как о далёкой горной стране, где обитают двадцать шесть племён, в хронике XIV века «Тарих Дагестан» повествуется: «Знайте же, что Дагестан был прекрасной страной, обширной для его обитателей, сильной перед чужим, радующей глаз, обильной богатством жителей из-за их справедливости…»

Арабский путешественник Абу-Хамид ал-Гарнати рассказывает, что «…выше Дербента входил я в горы Калалат, где (обитает) множество народа, все они мусульмане, следующие исламу… Они говорят на разных языках, а число их (народов) знает только Всевышний Аллах…».

Знаменитый француз Александр Дюма, побывавший в 1858 году в Дагестане, весьма интересовался его преданиями и легендами, традициями и обычаями, местной кухней и отношением горцев к женщине и, будучи вдохновлённым путешествием на Кавказ, написал позднее в одноименной книге, что кавказские народы, почти все, без исключения, отличаются храбростью, доходящей до безрассудства, а в вечной борьбе горцев единственные их расходы идут на оружие. «Преследуемый

горец никогда не смотрит, что у него под ногами и что впереди. Если какой-нибудь ров пересекает ему дорогу или даже пропасть такой глубины, что он боится, чтобы конь его не испугался её, то он снимает с себя бурку, накидывает её на голову коня и с криком «Аллах! Иль Аллах!» бросается в про пасть глубиной в пятнадцать или двадцать метров, чаще всего без всяких дурных последствий для себя…»

Кавказ и, в частности, Дагестан издавна привлекали к себе особое внимание прогрессивной русской интеллигенции, выдающихся учёных, писателей и поэтов, среди которых были А. Пушкин и М. Лермонтов, А. Бестужев-Марлинский и А. Грибоедов, А. Шишков и А. Полежаев, Л. Толстой и В.Даль, Ф. Достоевский и А. Фет, М. Горький и В. Немирович-Данченко и многие другие. Для всех них Кавказ являл собою легендарный, овеянный романтикой край, где в суровых, неприступных горах живут гордые и мужественные люди, чьими главными

нравственно-этическими критериями являются достоинство, честь и свобода, и все высказывания их о Дагестане пронизаны глубоким уважением и симпатией и к самим горцам, и к борьбе их за независимость.

Так, А.С.Пушкин, вдохновлённый поездкой на Северный Кавказ, писал в поэме «Кавказский пленник»:

… европейца всё вниманье
Народ сей чудный привлекал.
Меж горцев пленник наблюдал
Их веру, нравы, воспитанье,
Любил их жизни простоту,
Гостеприимство, жажду брани,
Движений вольных быстроту,
И лёгкость ног, и силу длани…

Перу М.Ю.Лермонтова принадлежит ряд произведений, связанных с кавказской тематикой, навеянной впечатлениями от его пребывания на этой земле. Все эти произведения связан одной-единственной лермонтовской строчкой:

… Как сладкую песню отчизны
моей,
Люблю я Кавказ.

Совершенно особое место занимает Дагестан в творчестве известного поэта-декабриста А. А. Бестужева-Марлинского, проживавшего здесь в период с 1830 по 1834 годы и превосходно изучившего быт и нравы горцев. «Я топтал снега Кавказа, я дрался с сынами его…, – писал он. – Как искусно они умеют сражаться, как геройски решаются умирать!… За горцев стоят их горы. И что за горы! О, как бы любили русские люди этот край, если бы он был их отчизною: не умею пересказать вам, как он прелестен и в одеждах лета, и в алмазах зимы…»

Исторический путь Дагестана и в самом деле велик, сложен и драматичен. Страницы его истории изобилуют героическими подвигами его жителей в защиту свободы и независимости. Римляне и гунны, хазары и иранцы, арабы и тюрки, Чингисхан и Кровавый Батый, Хромой Тимур и «Гроза Вселенной» Надир-шах – ни одному из них так и не удалось до конца покорить Страну гор, ибо дагестанцы постоянно восставали против иноземцев и изгоняли их из своего края.

Хотя и заметил Пётр Великий, говоря о дагестанцах, что «… если бы этот народ имел понятие о военном искусстве, тогда ни одна нация не была бы в состоянии взяться за оружие против него», но все вышеперечисленные военные победы горцев, включая их войну с царской Россией под предводительством имама Шамиля, носившую антиколониальный характер и продолжавшуюся около тридцати лет, служат неоспоримым доказательством их блестящего военного искусства.

Именно постоянные войны, носившие чисто захватнический по отношению к Дагестану характер, явились главной причиной объединения дагестанских народов, говоривших на разных языках и имевших различную культуру. В целях полной ассимиляции местных жителей многие из завоевателей умышленно переселяли на лучшие земли арабов, иранцев и тюрков, изменяя тем самым демографическую карту Дагестана. Это и послужило вынужденной причиной того, что предки наши с целью самосохранения поднимались всё выше в горы, куда не могли пройти чужеземцы, и строили себе жильё на крутых и отвесных

склонах.

Дагестанские горы не особенно располагают к обильным урожаям, и люди, исторически вынужденные жить высоко в горах, имели крайне скудные и ограниченные источники питания. Суровая жизнь побуждала людей создавать пригодные для себя жизненные условия, и в этих целях горцами использовались самые разные средства выживания, от террасного земледелия и выращивания на созданных неимоверным трудом многих поколений горных террасах сельскохозяйственных культур до периодических захватнических набегов на соседние территории. В глубоких ущельях гор, в речных долинах возделывались фруктовые сады, а соха стала для горцев таким же привычным орудием, как и кинжал.

А.Бестужев-Марлинский замечал с тонкой наблюдательностью: «…Террасы обрабатываются весьма тщательно; по бокам они усажены фруктовыми деревьями и виноградными лозами, а середина засеивается кукурузой, которая у них заменяет другие хлебные растения… Нельзя не изумляться этими вековыми работами многих поколений, которые трудами своими превратили огромные голые скалы в пашни и сады…»

«Вот они, эти сады, – писал известный советский писатель

П.Павленко. – Старые деревья на высоких террасах – тут, там, везде, то кучками, то в одиночку, как заблудившиеся в горах путники, везде, где есть полоска земли, способной пропитать их…».

Благодаря интенсивному разведению крупного и мелкого рогатого скота, приспособленного к условиям высокогорья,

дагестанцы получали мясо, молоко, масло, сыр и другие продукты питания; из шерсти овец они шили для себя бурки и папахи, делали ковры и войлок, а из бычьей и коровьей кожи изготовляли обувь и предметы домашнего обихода.

Приведём лишь некоторые из свидетельств трудового стоицизма горцев. В 1859 году А.Берже писал: «Нередко случается видеть, что горец при помощи крючьев и верёвок, с небольшим мешком пшеницы, прикреплённым к поясу, имея длинное ружьё на привязи и кинжал, поднимается на утесистую скалу, стараясь отыскать кусочек пахотной земли…».

Об этом же говорит и А. Бестужев-Марлинский: «Посмотри на этого старика… Он в опасности жизни ищет клочок земли на голом утёсе, чтобы посеять на нём горсть пшеницы. С кровавым потом он жнёт и часто своей кровью платит за охрану стада от людей и зверей. Бедна его родина, но спроси, за что любит он эту родину, он скажет: «Здесь я делаю, что хочу, здесь я никому не кланяюсь; эти снега, эти горы берегут мою волю…».

«В Дагестане вода проведена не в долины только, – случается видеть отводы воды ещё высоко в горах. Нередко туземец ведёт воду с одной высоты на другую, даже через целое ущелье, в деревянных желобах, почти висящих в воздухе, на тонких и высоких подставках, иногда же ведёт воду под землёю в трубах», – писал П.Надеждин.

П.Павленко заметил, что Дагестан «…принадлежит большой истории, как Рим, Бородинское поле, Перекоп… Я не могу, видя и описывая сегодняшнее, не коснуться прошлого и не попытаться объяснить сегодняшнего горца тем удивительным наследством выдержки и упорства, которое позволило ему пятьдесят лет размахивать кинжалом перед лицом русской империи на глазах у всей Европы, а в 1848 году, колеблемом революциями, даже надеяться, что своим кинжалом он свалит с ног всеевропейскую жандармскую собаку…».

Последующее за почти полувековой Кавказской войной вхождение Дагестана в состав Российской империи превратило его в не более чем колониальную окраину этой империи с одним из самых низких уровней жизни населения, и лишь советский период оказался для нашего края наиболее созидательным и плодотворным.

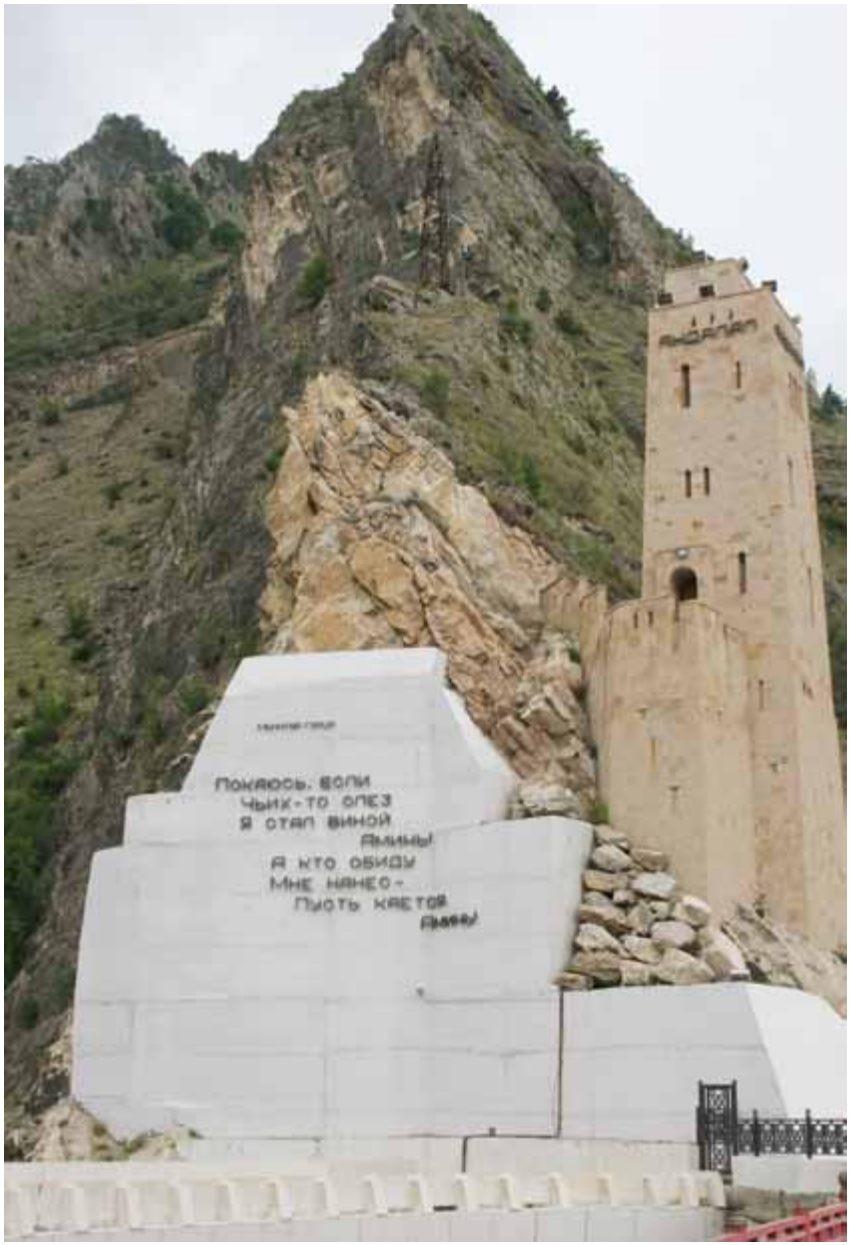
Пожалуй, это был единственный исторический отрезок времени, когда на Кавказе, а следовательно, и в Дагестане, самом многонациональном регионе СССР, царил мир, сменившийся, увы, в постперестроечный период конца XX века конфронтацией, территориальными конфликтами и даже войнами.

В годы Великой Отечественной войны дагестанцы, сражаясь

бок о бок со всеми народами СССР, не на словах, а на деле доказали свою преданность и миру, и своей большой Родине. 58 из них стали Героями Советского Союза, 7 – полными кавалерами ордена Славы, почти 12 тысяч награждены боевыми орденами и медалями.

В 1942 году известный советский писатель Николай Тихонов, не однажды бывавший в Дагестане и непосредственно наблюдавший жизнь горцев, писал:

«Дети Дагестана: аварцы, даргинцы, лаки, кумыки, ногайцы, лезгины, дети великой семьи народов, много тысяч кавказцев борются на всех фронтах Отечественной войны на земле, на морях и в воздухе, и ныне враг грозит плодоносным долинам Дагестана чёрным нашествием… Дагестанцев нечего учить сражаться в родных горах. Они – прирождённые воины… Они вставят ногу в боевое стремя, они укрепят свои неприступные ущелья, и немецкий бандит умоется кровавыми слезами…»



Да, наши люди и в самом деле свято почитают свою историю, а к её советскому периоду относятся с особым уважением, в первую очередь, из-за мира, царившего тогда на Кавказе.

Как бы ни любил горец свои неприступные скалы, однако со временем, в силу объективных и субъективных причин, ему всё же пришлось с них спуститься. Значительная часть дагестанцев, кто-то по доброй воле, а кто-то и принужденно, стала переселяться на равнину, где условия были более пригодны для нормальной в

европейском понимании жизни.

Надо признать и то, что Советская власть дала Дагестану колоссальный импульс для развития его промышленности и сельского хозяйства, хотя и был нанесен в 50-х годах значительный урон, когда в результате вынужденного переселения горцев на равнину была разрушена упомянутая выше традиционная террасная система земледелия, позволявшая дагестанцам в скудных малоземельных условиях обеспечивать себя продуктами питания и сырьём для местных промыслов. В результате были утеряны многие сорта злаков, фруктовых деревьев, отличавшихся неприхотливостью и скороспелостью и дававших хороший урожай.

Благодаря русским появился в Дагестане полюбившийся всем картофель! Из «Сборника сведений о кавказских горцах» мы узнаём, что дагестанцев весьма интересовала сия диковинка, которую русские солдаты сажали возле своих военных редутов. Местные жители с удовольствием отведывали его в вареном и жареном виде, однако выращивать его поначалу опасались, будучи озабочены распространяемыми муллами слухами о якобы греховном происхождении данного овоща.

Постепенно, однако, любовь горцев к картошке одержала верх, и в конце XIX столетия она уже благополучно выращивалась практически повсеместно.

Говоря о Дагестане, нельзя не упомянуть и о его долгожителях. Одна из переписей населения, сделанная в

середине XX века, показала, что число их в 1,5 раза превышало суммарное количество долгожителей Бельгии, Голландии, Дании, Германии, Италии, Норвегии, Швеции, Чехословакии и Финляндии, вместе взятых. А в 2001 году дагестанец Каирхан Каирханов отметил своё 130-летие!

Здесь необходимо добавить, что по числу долгожителей первое место приходится на горную зону, а количество женщин – долгожительниц почти вдвое превышает количество мужчин.

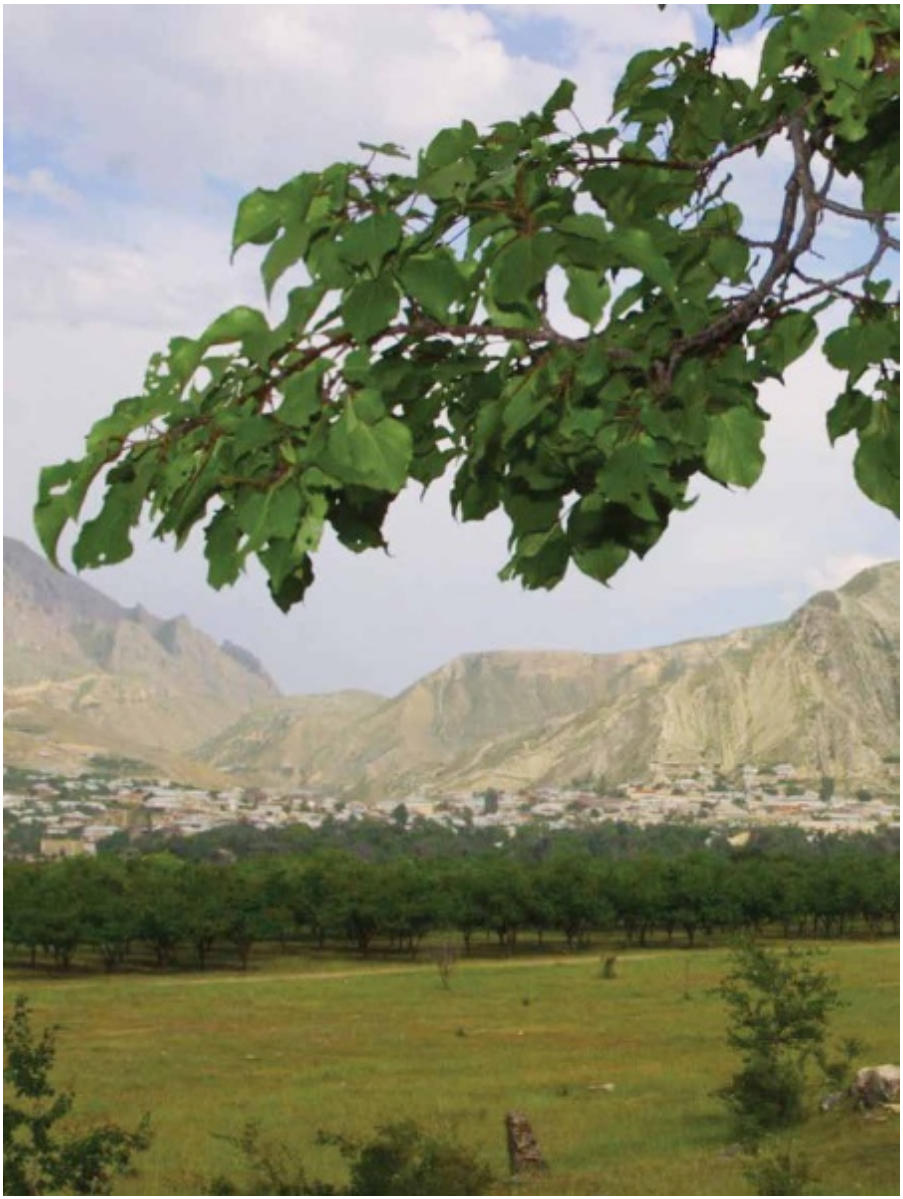
Дагестанское долгожительство объясняется тем, что все эти люди вели активный образ жизни, придавая огромное значение физическому труду. Учёные же считают, что определяющим фактором тут является сочетание чистой экологической среды, двигательной активности, генетических предпосылок, характерных особенностей быта, соблюдение религиозных предписаний, ну и, конечно, рациональное питание плюс чистый горный воздух.

«Приехал гость – оставь заботы.
Всё лучшее, что в доме есть, ему отдай
Воздай хвалу Создателю за Его большую милость,
Заботами такими жизнь украсится твоя!»

Из фольклора каратинцев

Теперь несколько слов о традиционном дагестанском гостеприимстве, берущем своё начало с незапамятных времён.

«Можно смело утверждать, что только священный обычай гостеприимства даёт возможность проникнуть в эту почти неприступную страну», – писал А.К.Сержпутовский («Поездка в Нагорный Дагестан». Петроград, 1917).



«Каждый гость – от Аллаха», – говорили дагестанцы и неизменно оставляли порцию еды в доме на случай прихода нежданного визитера. В порядке вещей для запоздалого путника, попавшего под ливень или снегопад, было постучать в ворота любого из домов, назваться и вкусить радушие хозяев, включая размещение гостя в лучшей комнате дома. И горе нарушившему этот обычай! Людская молва клеймила его как негостеприимного хозяина, и этот негативный отпечаток ложился даже на последующие поколения.

Примечателен и тот факт, что особым гостеприимством пользовались в дагестанских домах представители других народов.

Долго беседовать с только что прибывшим гостем считалось неприличным, поскольку его следовало накормить как можно скорее. Сначала в небольших количествах подавались на стол чай, хлеб, сыр, сметана, сливочное масло, холодная баранина, а затем блюда, приготовленные специально для гостя, причём хозяин постоянно следил, чтобы тот насытился, и подкладывал ему куски получше да побольше.

На ночь у постели гостя обыкновенно оставляли воду для питья, а также лёгкую закуску в виде фруктов, хлеба и сыра, лепёшек, мёда и т. д.

Говоря: «Не дай Аллах, чтобы настал такой день, когда в твой дом не зайдут люди!», «Благами насытиться можно, гостями никогда не насытишься», «Всё бывает хорошим и плохим, гость же может быть только хорошим», «Конь пропал – твоя беда, гостя палка пропала – твой позор», горцы почитали за честь принять в своём доме любого, пусть незнакомого, неважно, знатный он или бедный, посетителя.

«По обычаю горцев, гостей надо принять как можно лучше, а если не хватает средств у хозяина, не грех одолжить для такого случая у соседа» (Макс Зингер).

На тему гостей в дагестанском фольклоре имеются и проклятия. Так, даргинцы, к примеру, говорят: «Чтоб твои гости к тебе дорогу забыли!», аварцы: «Да не сможешь ты положить

угощение перед гостем!», лакцы: «Чтоб твои гости от тебя голодными уходили!» и т. д.

Нередко в дагестанских аулах ворота горцев украшались каменными плитами с высеченными на них надписями типа: «Гость, это твой дом» или «Избавь, Всевышний, от такого дома, где не останавливаются гости!» и др.

Заметим в скобках, что по части тостов нам, конечно, далеко до наших соседей грузин, но дагестанские застольные речи, пусть даже гораздо более лаконичные, ничуть не менее искренни, нежели грузинские!

В ответ на проявленное гостеприимство у горца в запасе всегда бывало много самых разных благодарственных слов вроде: «Да приумножится и не уменьшится хлеб в вашем доме!», или «Да не наступит такой день, когда мы позавидовали бы своему соседу!», или «Да будет твой стол постоянно раскрыт перед гостями!».

И по сей день принято у дагестанцев прощаться с отъезжающим и приветствовать воротившегося из дальних странствий земляка, искренне желая ему счастливого пути и обратного возвращения домой живым и здоровым. По поводу данного обычая есть поговорка: «Когда шестилетний возвращается, столетний его навещает».

Обыкновенно, отправляясь в дальний путь, дагестанец отсыпал в мешочек горстку родной земли и вешал его себе на шею. Это оз начало, что родная земля сопровождает его повсюду. А коль случалось ему умереть на чужбине, то спутники, хороня его, присыпали его могилу горсточкой этой земли.

Дагестан представляет собой богатейший материал для исследования в плане этнографии и этнокультуры. Много трудов написано о его национальных ремёслах и фольклоре, костюме и оружии, песнях и плясках, о его истории, древней и не очень.

Я – гость аула,
Тост свой над столом
Торжественно и празднично подъемлю,
Чтоб солнце мудро грело вас теплом,
Чтоб небо щедро вспаивало землю.
Чтобы наградой был вам урожай, —
Да минет его град или гроза…

Ф.Алиева

В целом сохранив многолетние обычаи и традиции, Дагестан давно уже влился в единое социально-политическое пространство

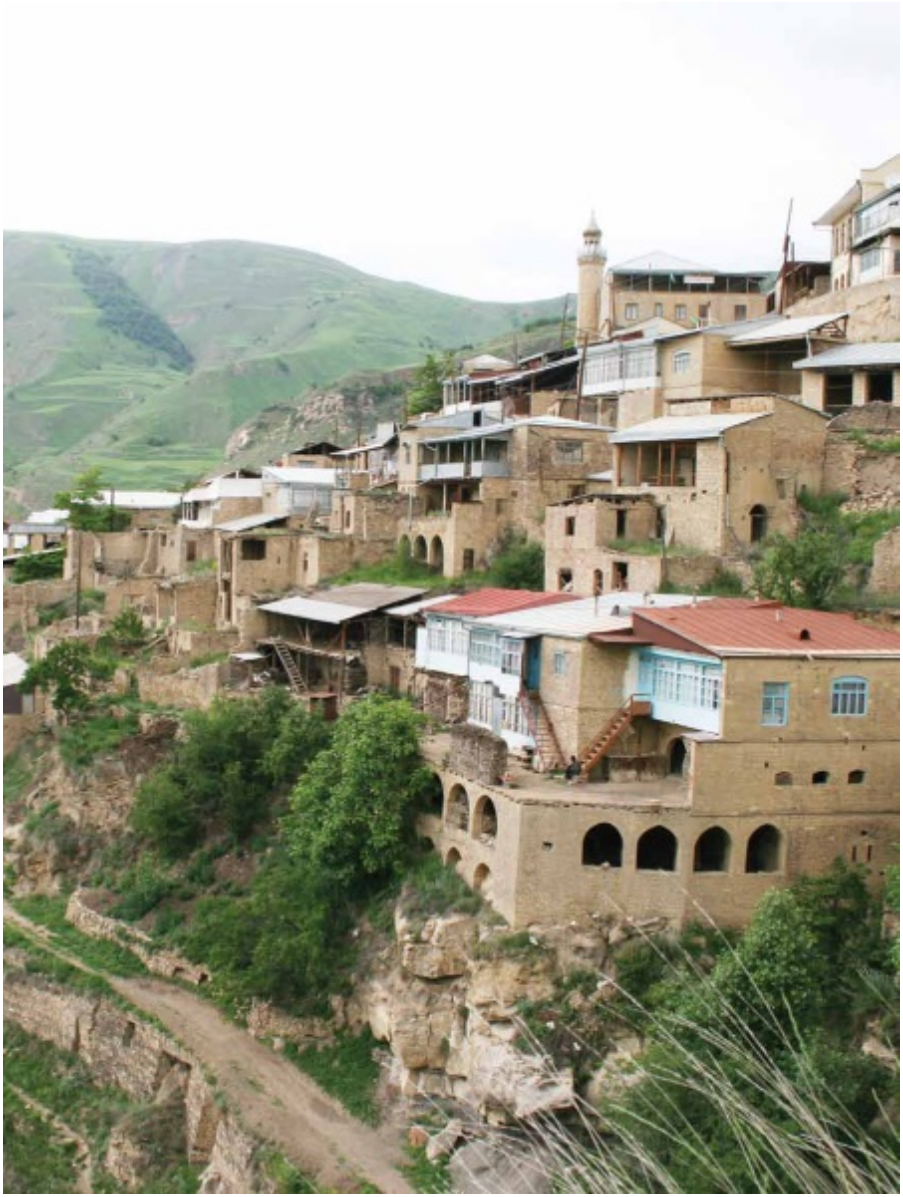
Российской Федерации и вместе с Россией пережил все успехи и неудачи, равно как и все перегибы и перекосы постперестроечного периода.

Можно было бы ещё многое рассказать о нашем крае и его жителях, если бы не подошло время перейти непосредственно к заявленной теме беседы. А потому, подытожив сказанное, напомним, что самобытный облик кавказца, а значит, и дагестанца, сформировавшийся на протяжении многих столетий, ассоциируется в сознании европейцев с горскими обычаями, традициями и обрядами, борьбой горцев за независимость, почитанием старших, куначеством и гостеприимством, джигитовкой и зажигательными плясками, наконец, с оружием и знаменитой кавказской кухней – иными словами, с кинжалом и шашлыком!

Глава первая
Ознакомительная

«В домашнем быту дагестанцы кротки, гостеприимны, верны дружбе до великодушия, целомудренны, почтительны к старости, умеренны в пище, трезвы, правила гостеприимства соблюдают даже против своих неприятелей».

П.Бутков, историк, XIX в.



Каждый народ, населяющий планету Земля, уникален и неповторим. Каждый имеет свои природные условия и историю, культуру и традиции, национальный характер, привычки… И свою кухню.

В сегодняшнем многополярном мире кухни почти всех народов нашей планеты не только неплохо изучены, но и, согласитесь, в известной степени претерпели взаимопроникновение и даже «ассимиляцию».

Есть, разумеется, чёткие разграничения типа «Европейская

кухня», «Китайская кухня», «Русская кухня», «Мексиканская кухня», «Японская кухня», но вряд ли вам где-то доведётся услышать о таком явлении, как, например, английская или американская кухня! К традиционной английской еде принято относить суп из бычьих хвостов, ростбиф и сливовый пирог. Ну, и, конечно, овсянку. А американской кухни, как таковой, и вовсе нет, зато есть изобретенные предприимчивыми американцами fast food (быстрая еда) и Macdonald's, с бешеной скоростью распространившиеся по всему миру! Американцы и рады бы иметь свою, исконно национальную, кухню, но, увы, для этого они ещё слишком молоды, а потому со свойственной юности горячностью и безапелляционностью заявляют сегодня, что пицца – никакое не итальянское, а чисто американское изобретение, имея, очевидно, в виду, что благодаря системе Macdonald's пицца вырвалась за пределы родной Италии и обрела мировую популярность.

А вот вытесненные американцами с их собственной территории индейцы – коренное население Америки – столетиями развивали свою цивилизацию, в том числе и свою сельскохозяйственную культуру, выращивая пшеницу и картофель, бобы и перец, помидоры и тыкву, ананасы и какао, культивируя табак и открыв, по меньшей мере, 59 видов лекарств, применяемых в медицине по сей день. Впрочем, это так, к слову.

Возвращаясь к кухне народов мира, скажем без ложной скромности, что есть, есть на планете такой бренд, как «Кавказская кухня», причём достаточно уже известный и популярный! Вот скажите, какие ассоциации возникают у вас при упоминании кухни народов Кавказа? Конечно же, шашлык! Ну, может, ещё и коньяк. А так – шашлык, и неважно, дагестанский он или грузинский, азербайджанский или кисловодский…

Шашлык по-дагестански может отличаться от шашлыка, скажем, по-грузински единственно сортом мяса – в дагестанском шашлыке вы просто не найдёте свинины. А так – это общенациональное кушанье, и вы, будучи в Дагестане, никогда не услышите такой странной фразы, как, например, шашлык по-лезгински или по-аварски.

Если шашлыком никого не удивишь и его можно встретить теперь повсюду, то хинкал – это уже чисто дагестанское (не путать с грузинскими хинкали!). Хинкал – это наше всё. Это святое, родное и вечное, как дагестанские горы, как дедовский кинжал, как… лезгинка, наконец!

Историческое значение хинкала для дагестанца трудно переоценить. Вероятно, его можно было бы сравнить со священной и традиционной для англичан полуденной церемонией чаепития, но и в этом случае хинкал перевесит! Ибо это не просто трапеза, а повод для общения, притом с абсолютным психологическим расслаблением.

Устное народное творчество сложило немало анекдотов и притч на хинкальную тему. И один из них, пожалуй, наиболее чётко раскрывает национальную значимость этого неприхотливого, как и сами горцы, блюда:

«Приехала в Дагестан делегация гостей, и повезли их по разным местам показать местные достопримечательности. В конце концов добрались гости до высоких гор, где встретили пасшего овец чабана преклонных лет. Познакомились, разговорились. «Понравился ли вам наш Дагестан?»– поинтересовался чабан. «В целом да, – отвечали гости, – вот только местность у вас какая-то странная, всё горы да скалы…» – «Да, местность у нас действительно странная», – согласился с ними чабан. «И климат у вас странный, – продолжали гости, – не поймёшь, солнце или дождь, ветер или туман…» – «И здесь вы правы, – сказал им чабан, – климат наш и в самом деле не такой,

как у всех». – «И люди у вас странные, не поймёшь, то ли разговаривают, то ли нет». – «Верно, люди у нас всякие есть, – задумчиво произнёс чабан. «Да и еда у вас какая-то непонятная: куда ни придёшь, везде хинкал, хинкал, хинкал…» – «А вот хинкал не трожьте!»-решительно отрезал старик…»

Знаменитый «Сборник сведений о кавказских горцах» в разделе «Этнографические очерки» сообщает миру, что *«… возвратившись от фонтана, она (дагестанская женщина. – Ж.А.) немедленно принимается за приготовление на завтрак (он же и обед) хинкала. Этот сорт кушанья принадлежит к самым грубым и малопитательным, но составляет повсеместную, ежедневную пищу как для бедного, так и для богатого класса горцев. Даже те, которые занимают на службе хорошие места и получают от правительства хорошее содержание, большей частью питаются хинкалом. Хинкал этот не что иное, как куски пресного теста, приготовляемого из кукурузной, просяной, бобовой и, редко, пшеничной муки, сваренные в чистой воде. Вынув эти куски из воды, приправляют их уксусом (сывороточным – рыдыль-канц или виноградным – чадоль-канц), чесноком и небольшим количеством соленого коровьего сыра. Воду, в которой варят хинкал, некоторые пьют, а оставшаяся, с прибавкою к ней небольшого количества какой-нибудь муки, идет в пойло скотине и собакам. Хинкал заменяет у горцев не ча сто употребляемый ими печеный хлеб, который приготовляется из такого же пресного теста. Его раскатывают в тонкие лепешки и пекут в золе или на каменной плитке, служащей вместо сковороды. В иных аулах для печения хлеба устроены печи (кор). Таких печей на целый аул имеется две и не более трех. Их устраивают бедные, но веселые старухи, получающие весьма скудную плату за позволение желающим спечь два-три хлеба. В такие пекарни, под предлогом печения хлеба, собираются иногда для развлечения. Здесь, как и у фонтана, они проводят часть досуга немного свободнее, чем дома…»*

Бесстрастно описывая в 1868 году дагестанский аул Ботлих, г-н Львов, автор данного пассажа, не понял, что «грубое и малопитательное» кушанье под названием хинкал являлось составной частью души любого горца, как бедного, так и богатого. Ну, а мясной бульон, добавим от себя, появился – для всех, а не только для богатых – уже с Советской властью (и, кстати, не в одном лишь Дагестане!).

Не менее увлекательны в этом плане воспоминания Абдуллы Омарова из Кази-Кумуха, написанные им в 1860 году в городе Тифлисе и опубликованные в том же «Сборнике»:

«Когда мы с отцом приходили домой, ужин всегда бывал готов. … Когда бывал суп, мать наливала его из котла в глиняную чашку; чашку эту ставила она на круглый медный невылуженный поднос, клала на него еще целый горячий хлеб и ляжку баранины, сваренную в супе, потом клала несколько деревянных ложек, и все это ставила перед отцом, который сидел в это время на своем месте. Я садился около отца, а мать напротив нас. Отец брал сначала хлеба и, произнося: «во имя Бога», ломал его на куски, которые клал кругом подноса; потом, вынув из-под кинжала нож, разделял баранью ляжку между всеми. Первый кусок давал мне, а именно предплечевую кость, потом матери доставалась плечевая кость, а себе оставлял лопатку. Если бы он предложил ее мне или матери, мы бы, само собою, не позволили бы себе отнять у отца почетный кусок. Это было бы противу обычая. Точно так же, если бы кто-нибудь из них взял себе мою часть, то этим бы меня обидел. Я мог бы, пожалуй, оскорбиться за такое нарушение моих

прав и, чего доброго, оставил бы себя без ужина, в отмщение родителям. Такой ужин, как я описал, считается у лаков роскошью, и хозяева не позволяют себе разоряться на подобные роскошные ужины без особенной причины, как, напр., не для гостя или не в праздничный вечер. Вообще, суп из рису считается лакомством, а баранина, сваренная для того, чтобы придать супу болше вкуса, не съедается за ужином, а откладывается на другой день к обеду или завтраку. Впрочем, у нас в семье, так как отец любил хорошо поесть, подобные роскошные ужины случались нередко и без гостей, и не в праздник.

После ужина мать, с позволения отца, всегда посылала чашку супу, как редкость, какому-нибудь хорошему соседу, от которого и мы иногда получали в свою очередь порцию какого-либо редкого и вкусного блюда, напр.: пирогов с сыром, колдунов, супу из рису или чечевицы. Подобные одолжения в обычае между жителями. Мне случалось нередко слышать на улице, как, напр., одна из хозяек спрашивала другую: «Куда ты?» – «Сегодня, сестра, мы сварили на ужин мяса, и вот я несу к такому-то навар», – отвечала другая, т. е. один навар, без мяса, посылают друг другу, как лакомство…

Поужинавши или позавтракавши, я никого из родителей не благодарил, и от меня не требовали этого, а только благодарил Бога, причем читал наизусть следующую молитву, на своем языке, которой меня научила мать: «Хвала Богу! Да умножится и не уменьшится (подразумевается: хлеб), да не испытаем голода, да не будет недостатка в хлебе и баранах, да будет на хлеб и ягнят хороший урожай, да не настанет для нас день, в который мы позавидуем дыму соседа!… Аминь!» По окончании ужина мать убирала и вымывала посуду, а помои выливала в тот же котел, в котором готовила ужин, и откладывала в сторону, чтобы согреть их на другой день утром, прибавив к ним немного отрубей, и напоить дойную корову…»

Вот такое свидетельство очевидца.

Сегодня уже никто не спорит с тезисом, что дагестанская кухня – это явление. Наша кухня и в самом деле уникальна и неповторима, и каждое из блюд может восхитить не одного гурмана.

Кухню Дагестана можно условно разделить на традиционную и современную. Сколько в Дагестане народов, столько и национальных блюд, старинных и не очень. Прогресс, однако, берёт своё, и дагестанцы, спустившись с гор и выйдя в открытый мир, научились не только ценить по достоинству незнакомые блюда, но и готовить их у себя на кухне.

Поэтому мы можем признать, не кривя душой, что современная дагестанская кухня – это кухня сплошь

заимствований и слияний, перевоплощений и пересечений, одним словом, **микс** из самых разных составляющих.

Дагестанцы с большим уважением относятся к еде и к стряпне, конечно, тоже. В горном Дагестане, да и на равнине тоже, пища всегда доставалась нелегко, если не считать щедрых даров Каспийского моря. Дагестанцы не понаслышке знают, что такое голод, ибо в жизни почти каждого поколения, за исключением разве что советского, случались отчаянные времена.

Наша традиционная кухня достаточно разнообразна. Основу питания всегда составляли, да и по сей день составляют хлеб, мясо, молоко, молочные продукты и мучные изделия, фрукты и овощи, ну и, конечно, сладости.

Как и все нормальные люди, традиционно мы питаемся три раза в день. Бывает, что реже, а бывает, наоборот, и чаще – это уже в зависимости от обстоятельств!

На **завтрак** в средней дагестанской семье подаются хлеб с сыром, масло сливочное, творог со сметаной, нередко яйца вареные или в виде яичницы, чай, кофе. Очень распространён так называемый калмыцкий чай, который иногда называют ещё и ногайским. Большие спрессованные прямоугольные плиты этого чая хозяйка размельчит и заварит небольшими порциями в кипящей воде, а потом, дав настояться, смешает в двух равных пропорциях с молоком, коровьим или буйволиным, причём чем молоко жирнее, тем вкуснее будет калмыцкий чай. Заметим при этом, что сами калмыки пьют свой чай вообще без молока. Наши

же люди положат сюда щедрую порцию сливочного или топлёного масла и приправят солью, а также душистым чёрным перцем и (в обязательном порядке!) мускатным орехом, лучше наструганным, а не молотым. Без свежего чурека или дагестанской лепёшки с сыром калмыцкий чай просто не пойдёт, но ещё вкуснее он покажется вам с хлебными сухарями и овечьим сыром! Попробуйте и вы не пожалеете! Этот напиток, который подаётся в пиалах, а не в чашках, одновременно вкусен, сытен и полезен.

Очень популярны у нас и всевозможные каши, от гречневой и до пшеничной. Исконно дагестанской являются мамалыга (кукурузная каша) и полба у лезгин и табасаранцев. Кстати, мы были удивлены, будучи школьниками, узнав, что герои пушкинской «Сказки о попе и работнике его Балде» также питались этой кашей!

Дагестанцы любят заправиться кашей за завтраком и за ужином, руководствуясь при этом русской поговоркой о том, что кашу маслом не испортишь. Для большего вкуса хорошо бы ещё добавить сюда сметану, тогда будет в самый раз!

Наши люди, однако, плотно завтракают лишь по выходным

дням, в другие же предпочитают начинать свой день с меньшего количества еды.

Прежде чем перейти к теме обеда, заметим, что в современном мире с его бешеными ритмами и темпами люди постепенно отходят от многих привычных традиционно-культурных стереотипов, приспосабливаясь к тем реалиям, которые ставит перед ними жизнь.

Перемены не обошли стороной и систему питания. Люди, в особенности работающие, подстёгиваемые лихорадочной гонкой за жизнью, в большинстве своём стали питаться более поспешно и менее разборчиво, образно говоря, глотают пищу, не разжевывая!

Не стали исключением и жители Страны гор. Где-то с середины 90-х годов в дагестанских вкусах произошли значительные перемены, и зарубежная кухня превратилась в неотъемлемую часть дагестанского стола. Итальянские, японские и китайские блюда стали у нас особенно популярными. Но даже в этих условиях старый добрый хинкал актуален всегда!

Надо честно признать, что сегодня немалая часть из нас по причине нехватки времени предпочитает вкушать пищу не в домашних условиях, а в общественных местах – ресторанах, кафе или пиццериях, благо, ресторанов, в том числе и этнических, у нас превеликое множество и, как говорится, есть из чего выбирать. Многие перекусывают в обеденное время у себя на работе, прихватив еду из дома или заказав доставку из ресторана или кафе.

На процедуру завтрака это, слава Богу, пока ещё не распространяется, и он традиционно имеет место в домашних условиях, а вот с обедом и ужином ситуация стремительно меняется. Как деловые люди, так и молодёжь Дагестана взяли за моду питаться в общественных местах в компании своих товарищей или коллег.

И всё-таки, несмотря ни на что, традиции и принципы дагестанской кухни живы и умирать не собираются! Более того, они представляют немалый интерес для недагестанцев, что нас очень радует.

Теперь, наконец, об **обеде**. Дагестанцы, которые хотя бы раз в день любят поесть что-нибудь основательное, как правило, делают это за обедом. Обед – основная из трапез, и время его в наших семьях разнится: одни обедают между часом и двумя часами дня, другие – от пяти и до семи вечера. Тот, что днём, скорее напоминает ланч, то есть нечто среднее между вторым завтраком и обедом, вечерний же представляет собой смесь обеда и ужина, обстоятельного и со смаком.

Трудно обозначить, что именно представляет собой **ужин** в дагестанской семье. Но уж точно не то, что в Европе! Вечернее дагестанское время – это время многочисленных визитов и общений с родственниками и друзьями, а потому ужин как таковой может принять форму и размеры обеда, обильного либо соответствующего формулам от «Что Бог послал» до «Чем богаты, тем и рады». В любом случае хозяйка не поскупится и выставит на стол всю имеющуюся у неё в наличии снедь.

Если же подходящей случаю нет, то уж чай, душистый, крепкий и ароматный, будет подаваться без всяких ограничений, и у любой хозяйки найдутся к нему всевозможные сладости! Чай мы любим и потребляем до десятка чашек в день, почти как англичане, заметившие, кстати, о чае устами одного из своих премьер-министров, Гладстона: “If you are cold, tea will warm you, if you are heated, it will cool you, if you are depressed it will cheer you, if you are excited it will calm you” («Если вы продрогли, то чай вас согреет, если вам жарко, он вас охладит, если вы в печали, он развеселит вас, ну, а если взволнованны, то успокоит»).

Но возвратимся домой (а то вечно нас, дагестанцев, куда-то заносит!). Здесь самой главной трапезой недели является **воскресный семейный обед**, священный для всех домочадцев. Как правило, вся семья в одно и то же время собирается за обеденным столом и, произнеся «Бисмиллахи Рахмани Рахим!» («Во имя Аллаха Всемилостивого и Милосердного!»), приступает к еде.

Воскресный обед может состоять из самых разных блюд, но он пышен и обилен, ибо в основном лишь в выходные дни современная работающая дагестанка может вволю по-хозяйничать на своей кухне и побаловать семейство «вкуснятиной».

Пусть время вносит свои коррективы в некоторые из дагестанских обычаев, но гостя, по-прежнему освящённого традицией радушия, хозяева всегда встретят с приветливой

улыбкой, неважно, ожидаем тот или не совсем.

Ну что же, после краткого ознакомления с нами, приступим к описанию нашей кухни, но сразу же оговоримся, что мы позволили себе в данной книге отойти от общепринятых канонов и не расположили главы в порядке очередности подачи тех или иных блюд, хотя вполне имеем представление о том, что вначале подаются холодные закуски, а уже потом всё остальное!

И, наконец, чистосердечное признание. Автор данной книги не является выпускником кулинарного техникума и, соответственно, не имеет диплома о его окончании и не является профессиональным специалистом в области кулинарного искусства. Он, а вернее, она всего-навсего имеет большую любовь к Дагестану и его неповторимой кухне, многолетний практический опыт работы на кухне собственной, ну и, конечно, многолетние и частые контакты с другими дагестанскими хозяйками, что позволило ей с удовольствием согласиться на участие в предлагаемом проекте.

Будьте здоровы!

Глава вторая
Хлебная

Хлеб – всему голова.

Русская пословица

Во все времена и для всех народов хлеб был и остаётся святыней, и дагестанцы в этом отношении не составляют исключения.

В XIX – начале XX веков горцы, наряду с животноводством, активно занимались земледелием, и, хотя последнее в силу скудости земли не могло их прокормить досыта, каждый мало-мальски пригодный для этого клочок тщательно ими обрабатывался.

И всё же своего хлеба горцам не хватало, и они прикупали его у лезгин предгорий и у кумыков на плоскости. Была даже такая пословица: «Если в Кюре голод, то и в Лакии голод тоже», свидетельствовавшая об определённой зависимости в этом отношении горцев от своих соседей по Дагестану.

Основными культурами, возделывавшимися в дагестанских горах, были пшеница, ячмень, кукуруза, горох, лён, овёс, просо и конопля.

Для выхода в поле каждый выбирал себе определённый день недели, который считал для себя наиболее удачливым. Но сначала обязательно праздновался день первой борозды, символизирующий начало весенних полевых работ.

За сев в горах отвечали мужчины, а за прополку – женщины.

Зерно хранилось в больших балхарских сосудах или в деревянных ларях, изготавливаемых главным образом аварцами и даргинцами.

Хлеб в горах был известен двух видов: пресный и на закваске. Он имел самые разные размеры, а форма его в основном была круглой или овальной. Выпекался хлеб в специальных печах, называемых «кIара».

Различался хлеб обычный и ритуальный. Последний повторял форму обычного, зато значительно превосходил его размерами.

В ритуалах, связанных с похоронными и поминальными обрядами, в горах обычно выпекались из пшеничной муки лепёшки. Пеклись они на железном листе и носили название у лакцев «кIюла ччат», у аварцев – «терен чет», у даргинцев – «вяхьцIари», у лезгин – «лаваш», у кумыков – «чапилек» (всё это дословно переводится как тонкий хлеб).

Готовится такой хлеб, как уже сказано, из пшеничной муки, иногда с добавлением дрожжей или соды. Тесто тонко раскатывается и выпекается на листе, после чего лепёшки смазываются топлёным или сливочным маслом и складываются друг на друга для упаривания. Подаётся хлеб обыкновенно вместе с овечьей брынзой.

К слову, лезгины, проживавшие главным образом в предгорьях и имевшие гораздо более благоприятные условия для

возделывания своих полей, превзошли самих себя и создали такое количество хлебов, какое жителям высокогорий и не снилось!

Посудите сами:

1. ***Акад фуъ*** – хлеб, испечённый в ака.

2. ***Алуга*** – хлеб с яичницей (напоминает ватрушку с яйцом).

3. ***Алчудрай фуъ*** – хлеб из раскатанного в длину рулета, разложенного спиралью наподобие домика улитки.

4. ***Базламач*** (иногда и его называют гъварлаваш) – дрожжевой лаваш примерно в полсантиметра толщиной.

5. ***Баркаван*** – хлеб блага, символ общественной сплочённости и единства (баркаван по-лезгински благо, благостный, благословенный). По традиции баркаван печётся ко дню первой борозды «эвелцан» (эбелцан).

Хлеб баркаван, как и регъ фуъ, шарр фуъ, обычно больше, чем другие хлеба. Такой хлеб бывает семейным, родовым или коллективным. Обычно родственни ки или соседи вносят свою долю муки для хлеба баркаван и вместе молятся и просят у Бога богатого урожая.

6. ***Баркал*** – хлеб славы; при угощениях в честь какого-либо праздника.

7. ***Вече фуъ*** – царский хлеб; (букв. хлеб, достойный царя Вече).

8. ***Гъварлаваш*** – дрожжевой лаваш, лаваш с дрожжами (гъвар), толще пресного лаваша (толщиной до пальца).

9. ***Яран фуар*** (йар алай фуар) – хлеба и булочки, выпекаемые на праздник Яран Сувар в виде различных животных и зверей – медведей, лис, зайцев, петушков… (север, сикIер, къуьрер, кIекер…); они красились яичным желтком и естественными красками, разведёнными на яичном белке.

10. ***Кака ягъай фуъ*** – хлеб, обмазанный яйцом.

11. ***КукIвал*** – особый роскошный хлеб для празднеств; им украшают большой поднос с яствами.

12. ***Кишенфуъ*** – церковный хлеб; прилагался к церковным дарам в Кавказской Албании.

13. ***Куьт (хьуьт)*** – хлеб из отходов, отсева, отрубей или из муки грубого помола (обычно для кормления животных), печётся на покрытых золой углях.

14. ***Къатай фуъ*** – сдобный праздничный хлеб, приготовляемый в глубоких формах в *ака* или *тануре* (глиняная печь круглой формы для выпекания хлеба, формой напоминает тандыр).

15. ***Къулан фуъ*** – хлеб, который пекут в къуле (камине).

16. ***КIарфуъ*** (кIар-кIарфуъ) – удлинённый и раскатанный в трубку хлеб, выпекаемый в тавуне (духовке).

17. ***КIахун фуъ*** – хлеб из чины. 18. ***КIвалакI фуъ*** – праздничный толстый сдобный хлеб с выпуклой поверхностью, выпекаемый в специальных горшках.

19. ***КIекер фуъ*** – хлеб из кукурузных хлопьев, соединённых жидким тестом из пшеничной или ржаной муки; иногда хлопья склеивают медом или сахарным сиропом.

20. ***Лаваш*** (встречается несколько видов по толщине и размеру). Название лаваш происходит из лезгинских слов «лав»-трепетание (пламени), «ялав»-пламя + аш (слово, связанное с работой и производством злаковых культур, а также приготовлением из них пищи; по-лезгински аш означает плов, а по-удински – работа; интересно напомнить, что шумерскую богиню зерна называли Ашнан).

21. ***Менафуъ*** – букв. хлеб-месяц, хлеб для Мена (месяца) в виде полумесяца.

22. ***Мукаш квай*** (шур квай) фуъ – хлеб с начинкой из простокваши (творога).

23. ***Мухан фуъ*** – ячменный хлеб.

24. ***Насу квай фуъ*** (афар) – хлеб (пирог) с сырной начинкой.

25. ***Палар фуъ*** (паларин фуъ) – грубый хлебец из отсева и отрубей.

26. ***ПицIал (перцIал)*** – напоминает итальянскую пиццу: на раскатанное тесто накладывают курдючное сало, лук, овощи, сыр.

27. ***Пурнийрин фуъ*** – мятный хлеб; готовится из теста, замешан ного с мятой.

28. ***Регъ*** (или Ракъин фуъ) – букв. солнечный хлеб; круглый хлеб с пустотой в центре, с семью яичными желтками по кругу и семью лучами между ними; таким хлебом (или гирляндой из них – в гирлянде 3 или 7 хлебов) награждали победителей.

29. ***Савун фуъ*** – хлеб из муки, полученной из обжаренной пшеницы (калар).

30. ***Счин*** (сачун) фуъ – хлеб, готовящийся на саче (род сковороды).

31. ***Силин фуъ*** – ржаной хлеб.

32. ***ТIанурд фуъ*** – хлеб, испечённый в тануре.

33. ***ТIанутI*** (тIунутI) – небольшая лепёшка; судя по названию, видимо, пеклась в дар богине земных благ и домашнего достатка, покровительнице домашнего скота и птицы ТIан и богу небесной благодати, повелителю ветров, дождей и туманов НутI.

34. ***ТIили фуъ*** – пресная лепешка.

35. ***Финен фуъ*** (фин квай фу; фалчид фуъ, жерягь фуъ) – хлеб с конопляными зернами (иногда к конопле добавляли и маковые зерна; его называют хлебом гадальщиц, знахарей; на таком хлебе гадали: «фал вегьин»).

36. ***Хашанфуъ*** – «крёстный хлеб», хлеб с крестом.

37. ***Хвехвен фуъ*** (хвех авай фуъ) – хлеб, начинённый орехами.

38. ***Хвешхвеш квай фуъ*** – хлеб с маком (начинённым или посыпанным сверху).

39. ***Храй фу***ъ – плетёный хлеб; плетёнка.

40. ***Хъукъвар*** – докрасна испечённый хрустящий хлеб.

41. ***Хьран фу***ъ – хлеб, выпеченный в хьаре (глиняная печь прямоугольной формы с двумя отделениями – для хлеба и для огня).

42. ***Хьул*** – хлеб из отрубей (раньше его пекли прямо на углях и скармливали животным).

43. ***ЦIалуг*** – простая лепёшка, приготовленная на открытом пламени (на открытом очаге – ахъа къул).

44. ***ЦIирен фуъ*** – хлеб, испечённый из муки проросшей пшеницы (особенно из ржи).

45. ***Чар авай фу*** – слоёная лепёшка.

46. ***Чарфуъ*** – хлеб, испечённый на чар-камне (его также называют чубанд фуъ – чабанским хлебом).

47. ***Ччарлаваш*** (пресный лаваш), также нескольких видов: раскатанный тонко от нескольких миллиметров до полсантиметра и с проколотой перьями (или без) лицевой стороной; есть лаваш и очень тонкий (около миллиметра толщиной) – чкаллаваш;

48. ***Черекун —*** 1. Творожник или сырник с яйцом. 2. Печёный хлеб наподобие пиццы. На раскатанное тесто кладут сыр или творог, лук, помидоры, зелень, смешанные с яйцами, и пекут в

хьаре или духовке.

49. ***Чкал (чкалар)*** – тонко накатанные из теста листы около миллиметра, пекутся на саче или в хьаре (разновидности печей).

50. ***Чубанд фуъ*** – чабанский хлеб, пресный хлеб с отпечатком руки хозяина, испечённый на нагретом камне (похож на шаррфуъ, хотя последний более изысканно украшен).

51. ***ЧIапIен фуъ*** (или чIапкьен фуъ) – лепешка, хлебец на плоском раскалённом камне (в отличие от чIапкьена, чарфуъ печётся между двумя раскалёнными камнями).

52. ***ЧIатI (чIатIун фуъ)*** – просо, хлеб из проса.

53. ***Шаррфуъ*** – царский хлеб; хлеб с отпечатком руки царя; считался самым почётным и дорогим подарком от царя; готовили в особо торжественных случаях; этим хлебом одаривали послов, почётных гостей и проч.

54. ***Ширин фуъ или хъвазан*** – хлеб со сладкой начинкой из сушёных фруктов (изюма, чернослива, абрикоса и др.).

55. ***Шткар*** – белая мягкая лепёшка (считался признаком роскоши).

56. ***Эферар квай фуъ*** – хлеб с тмином.

Впечатляет, не правда ли? К сожалению, формат книги не позволяет нам остановиться подробно на каждой из этих чрезвычайно интересных разновидностей хлеба, и потому мы ограничимся лишь их перечислением и кратким описанием, которое само по себе уже вызывает восторг и у кулинара, и у гурмана.

Опишем вам всё же рецепт приготовления **лезгинского слоёного лаваша**, отведав который, вы уже его не забудете.

Итак, замешиваете пресное тесто и даёте ему постоять в течение 20 минут. Далее лепите из теста шарики, каждый из которых раскатываете в очень тонкий пласт и смазываете предварительно растопленным маслом. Закатываете пласт и закручиваете его в шарик, затем раскатываете тесто по размеру сковороды и вилкой прокалываете его по кругу. Обжариваете с обеих сторон, после чего слегка обрызгиваете его водой.

В горах Аварии и Лакии древнейшим и популярным из блюд было **толокно**, основой которого является жареное, а затем перемолотое зерно (рожь, пшеница, ячмень). Из толокна горцы готовили различные блюда, а в жареном виде они его часто брали с собой в дорогу.

Хлеб в горах выпекался из кислого (дрожжи) или пресного теста. Иногда вместо дрожжей тесто заквашивалось на варёном картофеле. Для этого его протирали и в измельчённом виде добавляли в тесто, и тогда оно хорошо поднималось, а хлеб получался даже лучше, чем на дрожжах.

Обрядовые хлеба практически повсеместно выпекались в самых разнообразных формах: человека, животных, птиц и т. д.

Издавна дагестанцы выпекали **хлеб из кукурузной муки**, для чего, просеяв последнюю, делали в ней углубление и, влив туда подсоленный кипяток, раскатывали на пласты, а затем, начинив каждый из них мелко нарезанным курдюком и сушёным чабрецом, выпекали в специальных печах. Сегодня данный рецепт продолжает практиковаться в дагестанских семьях, но уже в современных духовках.

Готовят горцы традиционно и **пышки из мяты и чабреца**, для чего в просеянной пшеничной муке (300 г) делается углубление, куда кладутся соль, дрожжи, молотая мята и чабрец (по 1 ст.л.), а также добавляется мелко нарезанный и обжаренный репчатый лук.

Тесто раскатывают в тонкий пласт, который выпекается на сковороде.

Глава третья
Хинкальная

… И если в сундуке у одного лишь горца
Ещё хранится горсточка муки,
Её на все хватает очаги,
И в каждом доме свежий хлеб печётся…

Ф. Алиева

Сегодня на столе у каждой дагестанской семьи можно увидеть блюда, которые в прежние времена не просто представляли большую редкость, а и вовсе не существовали в Стране гор. Никаких гастрономических изысков не было, да их и сейчас нет в нашей национальной кухне. Посудите сами, ну для чего нужно вымачивать молодую баранину в вине или сливках, если она вкусна всего лишь с несколькими травами и специями? Что может быть лучше молодого картофеля, заправленного свежим сливочным маслом и посыпанного ароматной зеленью?

Нынче люди весьма хорошо проинформированы докторами о том, что нужно есть поменьше жира и побольше грубой пищи. Смертность в результате сердечно-сосудистых заболеваний имеет один из самых высоких показателей в мире, и дагестанцы наравне с другими народами неплохо осведомлены сегодня относительно энергетической ценности и калорийности продуктов, хотя, в отличие от, скажем, тех же европейцев, мы, как правило, ленимся скрупулёзно подсчитывать количество калорий и хлебных единиц или систематически проверять уровень холестерина.

Как уже было сказано, есть у нас кухня традиционная и есть современная. Традиционная дагестанская кухня, в свою очередь, подразделяется на кухни народов Дагестана, то есть носит сугубо национальный характер. Так, есть у нас кухня аварская и кумыкская, лакская и даргинская, лезгинская и табасаранская, ногайская и татская… Список может быть продолжен в соответствии со всеми проживающими на территории Дагестана народами, каждый из которых неповторим и самобытен.

Есть блюда, которые принадлежат всем без исключения дагестанским народам. Это, в первую очередь, хинкал, неважно, как он зовётся, аварским, лакским или каким-то другим. Это также чуду, курзе, долма и плов. Все они обязательно будут вам представлены в этой книге в самом аппетитном виде!

Итак,
Спроси любого горца напрямик.
Какие символы ему всего дороже?
Ответит он: аул, орлиный вскрик.
Отцов кинжал,
хинкал… лезгинка тоже…

Но есть и такие блюда, происхождение которых абсолютно внутринационально, как сейчас любят говорить, носят узконациональный характер, и которые обязаны своим появлением лишь этому дагестанскому народу – и никакому другому! Это кухня, исторически сложившаяся у того или другого народа в силу условий жизни и среды его обитания.

Потому-то нам никак не удастся обойтись здесь без слова «национальный», принявшего сегодня в обществе слегка негативный оттенок, и мы презентуем своему читателю как общедагестанскую, так и «узконациональную» кухню, достойную вкуса истинного гурмана.

Итак, наша пища по-прежнему в основном состоит из мяса, хлеба, рыбы, фруктов и овощей.

Наиболее «изысканной» у нас считается лезгинская кухня,

оттого, очевидно, что большинство лезгин проживает в непосредственной близости от Азербайджана, чья кухня, известная своими вкусовыми изысками, в свою очередь, близкородственна турецкой, а потому и рецепты кухни обеих стран на протяжении столетий проникали и закреплялись среди народов Южного Дагестана.

Туристу, желающему посетить Дагестан, справочник сообщит, что наиболее распространёнными блюдами здесь являются:

Из аварской кухни:
– хинкал по-аварски;
– рассук хиндальский;
– ботищал; – пурщаби.

Из даргинской кухни:
– хинкал со свежей домашней колбасой;
– чуду с мясом и картошкой;
– чуду с курицей и орехами;
– чуду с творогом и яйцом;
– чуду с вареной тыквой.

Из лезгинской кухни:
– довга;
– суп с галушками по-лезгински;
– суп с зелёными стручками фасоли;
– хинкал по-лезгински;
– голубцы с виноградными листьями;
– чуду с полбой и курицей.

Из кумыкской кухни:
– бурчак-шурпа с сушёным мясом;
– хинкал по-кумыкски;
– халпама по-кумыкски;
– халта-курзе с крапивой;
– чуду с требухой.

Из лакской кухни:
– хинкал по-лакски;
– суп с конским щавелем;
– хъахъари (суп-каша из разных зёрен);
– пышки из чабреца и мяты.

Из татской кухни:
– холодец по-татски;

– буглеме из курицы;
– суп свадебный по-дербентски;
– душпере (пельмени с бульоном);
– люля-кебаб по-татски.

Помимо перечисленных блюд, в кухне наших народов отыщется и множество других, о которых мы постараемся вам рассказать, ну, а пока что… Пока что, следуя принципу дружбы народов, мы начнём с фактора объединяющего, каковым в дагестанской кухне в первую очередь является **хинкал**.

Прежде чем перейти непосредственно к описанию блюда, заметим мимоходом, что если у русских или украинцев хозяйственная готовность невесты поверяется умением варить борщ, то у дагестанцев подобное распространяется на хинкал.

В первую же свадебную ночь друзья жениха по традиции могут ввалиться в дом к молодым, шумно требуя, чтобы новобрачная приготовила им хинкал. Об отказе не может быть и речи! Невеста просто-таки обязана продемонстрировать своё мастерство, иначе ей грозит прослыть среди друзей мужа негостеприимной неумехой. И тут главное – её готовность к исполнению заказа (иногда, впрочем, удаётся упросить настырных гостей отложить хинкал на завтра!). Но, даже если хинкал не очень удался, друзья в любом случае поглотят его и от души похвалят дебютантку, великодушно воздав ей за старания.

В целом хинкал – это кусочки пресного теста, приготовленные из пшеничной или кукурузной муки и сваренные в мясном бульоне. На стол подаются с вареной говядиной или бараниной и чесночной подливой, разбавленной сметаной, кефиром или томатом.

В общем-то, ничего сложного! Быстро сделал – быстро поел! Внимание, однако, к мясу, которого должно быть не просто много, а очень много. Лучше, конечно, баранина, ибо истинный хинкал – из неё. Нет баранины – не беда, пусть будет говядина, тоже мясо! Нет говядины, и курица сойдёт, пусть хоть даже индейка, которую наши люди, в отличие от европейцев, за деликатес не считают.

Свинина в качестве мясного компонента по известным при чинам не рассматривается. Зато высшим пилотажем является добавление сушёного мяса и/или дагестанской колбасы. На этом важном стратегическом продукте позвольте остановиться подробнее.

Дагестанская, или домашняя, колбаса представляет собою длинную, порой доходящую до метра и хорошенько промытую

холодной водой говяжью или баранью кишку, которую, вывернув наизнанку и завязав один конец ниткой, начиняют фаршем в виде крупно порубленного бараньего или говяжьего мяса, щедро приправленного специями (соль, перец, барбарис, тмин) и выдержанного затем в течение 12–24 часов. Заполненная кишка затем завязывается с другой стороны, вытирается чистым полотенцем и выкладывается на доску, а через день вывешивается в тени на сквозняке и хорошенько высушивается не менее двух недель на открытом воздухе, после чего хранится несколько месяцев в прохладном месте.

Чем суше колбаса, тем дольше она сохранится и тем вернее послужит вам в качестве превосходного угощения как вместе с хинкалом, так и в виде самостоятельного (и самодостаточного!) блюда. Её можно сварить, а можно и зажарить – она будет одинаково вкусна. Варят колбасу на медленном огне в течение часа. Вот только приготовьтесь к неизбежной после неё жажде, поскольку она содержит много соли.

Вкус у дагестанской колбасы абсолютно специфичен и неповторим, но, отведав её, вы тут же захотите взять ещё кусочек.

Наряду с колбасой, горцы традиционно сушат и мясо (баранину и говядину), которое употребляют в зимнюю пору. Действительно, сушёное мясо и колбаса – продукт скорее зимний, для лета не подходящий. Есть такого рода пищу в летнее время – всё равно что надеть в жару меховую шубу.

Пока наше мясо варится, поведаем вам к слову ещё об одной горской колбасе, которая именуется у нас как **сохта**. Для её изготовления берём бараньи кишки, промываем их несколько раз холодной водой и выворачиваем наизнанку. С помощью поваренной соли соскабливаем и смываем слизистую пленку и снова промываем холодной водой. Затем снова выворачиваем кишку жирной стороной вовнутрь и заполняем её фаршем, состоящим из крупно помолотых через мясорубку бараньих лёгких, печени, сердца и почек. К ним добавляем мелко нашинкованный репчатый лук, хорошо промытый рис, воду, соль, перец и хорошенько всё перемешиваем. Внимание: фарш должен быть жидким, иначе рис не проварится! Далее завязываем колбасу с обеих сторон ниткой, заливаем холодной водой и отвариваем. Следует заметить, что сохта подаётся как отдельное и самостоятельное блюдо.

Но вернёмся к нашему хинкалу. Мясо варится, а мы пока замешиваем тесто. Если делаем **аварский, или толстый**, хинкал,

то высыпаем горкой на доску для теста пшеничную муку, делаем в центре её углубление и всыпаем туда соль, неполную ложечку чайной соды и кефир в пропорциях на 1 кг муки 200 г кефира. Замешиваем тесто, подсыпая при необходимости столько муки, сколько оно «возьмёт». Готовое тесто накрываем чистым полотенцем (можно и миской) и даём ему «приняться». Тесто должно получиться крутым и отстаиваться в течение 30–40 минут.

Пока мясо варится, а тесто «принимается», займёмся подливой. В глубокой кастрюльке или сковородке расплавляем сливочное масло, куда добавляем несколько крупных помидоров, предварительно натёртых на тёрке. Заправляем солью, перцем и толчёным в ступе чесноком и тушим всё это на медленном огне в течение 4–5 минут. Вместо помидоров можно использовать томатную пасту, разбавленную кипячёной водой.

Итак, подлива, в которую по желанию иногда добавляется свежая зелень (киндза, укроп), готова. До подачи её на стол накрываем крышкой, чтобы сохранить тепло и аромат.

Мясо тоже готово. Вынимаем его из кастрюли, после чего процеживаем бульон, в котором будем варить хинкал. Известно, что при варке количество бульона в кастрюле уменьшается, поэтому совсем небольшая (!) порция воды вполне допустима, особенно если бульон получается жирным (мы помним о сердечно-сосудистых заболеваниях!).

> Хинкал – это первое блюдо, он же – и второе. Что бы ни подавалось на стол наряду с хинкалом, – успеха оно не возымеет, ибо всё внимание едоков целиком сконцентрировано исключительно на хинкале.

Теперь возвращаемся к нашему тесту, которое ни в коем случае не должно застояться. Делим его на части и раскатываем в виде толстой лепёшки (приблизительно в 1,5 см), затем нарезаем прямоугольниками или ромбиками (это уж как хозяйка захочет) размером примерно в 7–8 см и опускаем в кипящий и подсоленный бульон. При варке наш хинкал увеличивается почти в два раза, пышнея прямо на глазах.

А дальше – самое главное! Не упустите время (минуты 3–4), ибо аварский хинкал тем и особен, что его нужно вовремя вытащить шумовкой из кастрюли и тут же (!) проткнуть каждую лепёшечку вилкой или деревянной палочкой, дабы она не посинела и не скукожилась прямо на ваших глазах, поскольку аварский хинкал будет одинаково несимпатичен как в недоваренном, так и в переваренном виде. Но зато когда он в самый раз – это истинное объеденье, поверьте!

Итак, хинкал готов. Осталось переложить его в блюдо и подать на стол вместе с мясом и подливой, которую мы наливаем в специальный соусник или пиалу. Пусть на столе будут сметана или простокваша, а также отдельно тёртый чеснок, возможно, кто-то захочет приправить свой хинкал ими.

Бульон к аварскому хинкалу подаётся в отдельной посуде, чаще всего в пиалах. Ешьте на здоровье, пока хинкал горячий!

Ну, а если остынет, то не беда. Аварский хинкал вкусен в любом виде, и даже на следующий день его можно поджарить в кипящем масле и с не меньшим удовольствием съесть с поджаренным же мясом, которое было вчера к нему сварено (если, конечно, оно ещё осталось!).

Лакский хинкал отличается от аварского по определению. То же мясо, как свежее, так и сушёное, та же колбаса, тот же бульон и та же подлива, а вот структура самого хинкала совершенно иная.

Тесто обычное – пресное, без соды и кефира. Только мука, соль и вода. Замешиваем как можно более круто. Замесили, накрыли миской или салфеткой, пусть примется. Пока варится мясо и принимается тесто, занимаемся подливой, но не забываем при этом несколько раз вернуться к нашему тесту и хорошенько помять его руками, чтобы оно лучше взялось.

Так, готово. Разделяем весь кусок на отдельные бруски, которые, в свою очередь, разрезаем на толстые жгуты, каждый из которых удлиняем, раскатывая руками на доске (куда муку пока что не насыпаем, чтобы легче было раскатывать) и придавая округленную форму. Получились длинные и тонкие округленные полоски толщиной в палец, которые лишь теперь мы щедро пересыпаем мукой и, разложив аккуратными рядами одну к другой, вновь присыпаем мукой и выравниваем руками же на доске. Затем отбираем по 3–4 полоски и начинаем ножом или специальной лопаточкой для теста разрезать эти полоски на маленькие, примерно в 1 см, кусочки.

У нас получилось множество небольших горошин, каждую из которых мы превращаем в галушку вот так: размещаем её на внутренней поверхности ладони левой руки и придавливанием большим пальцем правой.

Галушки могут быть маленькими и изящными (так сказать, ювелирной работы!) и крупными, в полпальца (чабанскими). Главное – давить их как можно добросовестнее, ведь мы помним, что делаются они из крутого теста!

Затем все эти галушки одновременно или порциями засыпаются в кастрюлю с кипящим и подсоленным бульоном и варятся до готовности в течение примерно 3–5 минут.

Лакский хинкал подаётся вместе с бульоном в глубоких тарелках или пиалах, куда добавляются подлива из томата с чесноком и свежая зелень (последняя по желанию). Мясо выкладывается на отдельную тарелку.

Процесс изготовления лакского хинкала более трудоёмкий, но результат того стоит! Как и у аварского, у него есть свои фанаты, и одной тарелки такого хинкала для них явно недостаточно! Приятного аппетита!

А теперь поговорим о **хинкале кумыкском, или тонком**. Здесь мясо как таковое мы не варим, а готовим из него фарш, куда добавляем лук, помидоры и зелень, а затем обжариваем в масле.

Тесто, как и в лакском хинкале, обычное, но не крутое, а средней мягкости. Придав ему округлую форму, раскатываем его скалкой на доске и получаем тонкую круглую пластину, которую, в свою очередь, разрезаем на полоски вдоль и поперёк, чтобы получить из них квадратики (можно и ромбики) величиной примерно в 3–4 см.

Варим в кипящей подсоленной воде, затем вынимаем шумовкой из кастрюли и выкладываем на блюдо. Поверх хинкала кладём обжареный мясной фарш, на который накладываем заранее сваренные вкрутую и мелко нарезанные яйца. Всё это заливается уже индивидуально томатно-чесночной или кисломолочной подливой.

Не менее, а для кого-то и более вкусным является кумыкский хинкал с добавлением вместо фарша пластинок жареного курдюка и политый горячим курдючным же жиром. В этом случае вареные и измельчённые яйца придадут блюду особый шарм, особенно если всё это заправить чесночно-кефирным соусом. Пальчики оближете!

Даргинский, или слоёный, хинкал часто называют ещё и немецким. Вероятно, оттого, что формой он напоминает немецкие штрюли. Зато вкус у него сугубо специфический!

Тесто мягкое, может быть как обычным, так и дрожжевым. Раскатываем в тонкий пласт, который щедро смазываем растопленным сливочным маслом. Затем обсыпаем этот пласт сухой измельчённой травой, которая у нас носит разные

названия: у даргинцев это миркIила мура (букв. пчелиное сено), у аварцев – хIенехI, у лакцев – йей, у кумыков – гъоз япракъ, по-русски же трава называется пажитником, а вообще в Дагестане её называют обычно ореховой травой.

Аккуратно скатываем тесто в рулет и разрезаем на небольшие бруски (примерно в 5 см). Варить можно двумя способами. Если мясо сварено отдельно, то сам хинкал готовим в пароварке или в мантыварке минут 15. На пару он получится у нас суховатым, но непременно ароматным и вкусным.

А можно приготовить его в кастрюле, где предварительно небольшими кусочками обжариваем мясо практически до готовности, затем размещаем на нём слоями хинкал и доливаем небольшое количество кипятка. Плотно закрываем крышкой и настаиваем на медленном огне до готовности. Вода, смешавшись с мясом, даст вкусный сок, которым будет пропитан наш хинкал.

Выкладываем содержимое кастрюли на блюдо и подаём с подливой из сметаны, чеснока и измельчённых грецких орехов. Даргинцы, к слову, кладут орехи практически во все подливы. Смак!

Лезгинский хинкал формой похож на кумыкский, то же тесто и те же квадратики (желательный размер 4х4 см). Подаётся как отдельно, так и вместе с бульоном.

Есть у лезгин и так называемый **каш-хинкал**, для приготовления которого мясо, предварительно очищенное от плёнок и сухожилий, хорошенько промывается, нарезается кусками и пропускается через мясорубку. После этого обжаривается на топлёном масле с добавлением репчатого лука, очищенных от кожицы свежих помидоров, соли и перца. Всё это перекладывается в кастрюлю, заливается кипятком и доводится до кипения.

Из пшеничной муки замешивается крутое тесто с добавлением соли и воды, раскатывается в тонкий пласт и нарезается в виде квадратов, которые засыпаются в кастрюлю и варятся до готовности.

Татский хинкал изготавливается из пшеничной муки с добавлением соли, но тесто, в отличие от остальных видов хинкала, замешивается на крутом кипятке. Формой хинкал также походит на кумыкский, но мясо здесь нарезается небольшими кусочками и обжаривается с добавлением репчатого лука, помидоров и зелени, а затем накладывается поверх хинкала.

Справедливости ради необходимо отметить, что в мясной бульон можно, разумеется, добавить и разного рода специи, и лавровый лист, и тмин, и зелень, и даже гранатовый сок, но… это вовсе не обязательно. Потому что с ними или без них – хинкал

всё равно будет вкусен. И поверьте, что это блюдо гениально именно своей простотой!

Вы помните, как решительно отрезал старик-чабан: «А вот хинкал не трожьте!» Сказал и… приготовил гостям свой, **чабанский хинкал**. Сделал он это так.

Разрубив свежую баранину на куски и промыв её в холодной родниковой воде, залил мясо чистой родниковой же водой и поставил на большой огонь. А пока мясо варилось, чабан смешал бобовую и пшеничную муку и замесил на горячей воде тесто, добавив в него соль. Тесто это он раскатал в форме не очень толстых колба сок и разрезал на куски так, что каждый кусок помещался в его кулаке. Зажимая по очереди в кулаке каждый кусок так, что на нём оставались следы его пальцев, чабан бросал их в воду, где они и варились до готовности. Гостям, говорят, понравилось!

Да, блюдо сие так много значит для дагестанца, что где, в каких далёких краях он бы ни находился, в мыслях о доме он всегда видит и тарелку хинкала!

Перефразируя поэта, можно даже воскликнуть: «Хинкал! Как много в этом звуке для сердца горского слилось…»

Хинкалу посвящаются стихи и даже поэмы. Вот как его восславил классик дагестанской литературы Юсуп Хаппалаев:

Хинкал

Хинкал, хинкал,

Каждый вечер хинкал…

Народная песня

До дома вёрст почти две тыщи,
Но, расстоянью вопреки,
Мне захотелось горской пищи,
И я купил кулёк муки.

И на огонь кастрюлю с ходу
Поставил, глянув на часы,
И опустил при этом в воду
Кусок бараньей колбасы.

Из теста ровного я вскоре
Слепил хинкалы, и они
Ракушкам, что белеют в море,
Все были внешностью сродни.

И, подкрутив слегка горелку,
Чей пламень слишком жарок был,
В большую плоскую тарелку
Я колбасу переложил.

Чеснок – огня родное чадо.
Ошинковав его бока,
Подливку сделал я, как надо,
Из огненного чеснока.

И острый запах, как в ауле,
Я вожделенно уловил,
И в лоно бурное кастрюли
Хинкалы тихо опустил.

И дав ещё кастрюле малость
Побыть в клубящемся пылу,
Достал вино. И мне осталось
Друзей потребовать к столу.

Они, как следует мужчинам,
Явились вмиг на мой порог,
И чеснока и перца с тмином
Здесь ноздри запах им ожёг.

И не пришлось скучать бокалам,
Сверкающим, как луч, росой. —
Прошу закусывать хинкалом! —
О, нет! Мы – лучше колбасой!

Казалось им, в горах рождённый,
Лишь я способен есть хинкал,
Что дан желудок мне лужёный,
Достойный всяческих похвал.

Их уговаривать отчаясь,
Сам на хинкал я приналёг.
И мысленно они, печалясь,
Мне сочиняли некролог.

Расстёгнут ворот нараспашку,
Сколь я хинкала съел – не в счёт.
И, осушив бульона чашку,
Смахнул со лба ядреный пот.

На кунаков глядел я с лаской,
Вино в бокалы подливал.
И стали пробовать с опаской
Они кавказский мой хинкал.

Но вот, лиха беда начало,
Пришлась по вкусу им еда,
Тарелки съели бы, когда
Тарелки были б из хинкала.

И чесноком благоухали
Они, домой отправясь спать.
И рты округло открывали,
Дыша, как будто на печать…

В завершение хинкальной темы позвольте напомнить притчу, которая, возможно, вам уже известна из знаменитой книги Расула Гамзатова «Мой Дагестан». Притча называется «О богатом хане, о его сыне и о хинкалах из курдюка с чесноком».

… некогда жил в Аваристане богатый хан. Он так мечтал о сыне, что женился целых три раза, но ни одна из жён не смогла подарить ему наследника или даже наследницу. недолго думая, взял себе хан четвёртую жену, и спустя некоторое время родился у него сын. на радостях вся ханская челядь пировала несколько дней и ночей. но вскоре ребёнок занемог, и никому не удавалось распознать природу заболевания. Он таял на глазах, и не помогали никакие доктора или снадобья. Хан был вне себя от отчаяния. Тут пришёл к нему бедняк из соседнего аула и заявил, что ему известно средство, которое спасёт его сына. Люди хана не хотели и слушать его, всячески отговаривая своего властелина, но хан подумал: «Сын мой всё равно умрёт, так почему бы не попробовать последнего средства». Бедняк потребовал встречи с супругой хана, и тот, поколебавшись, подумал: «Всё равно мой сын умрёт, так пусть они встретятся». Оставшись с ханшей наедине, бедняк сказал ей: «Если ты хочешь, чтобы ребёнок выжил, скажи мне, кто его отец». Молодая женщина смутилась, но бедняк пообещал ей, что никому не выдаст её тайну, и тогда она сказала: «Хан так мечтал о сыне, что если бы я не родила его ему, то меня прогнали бы точно так же, как и других. Я отправилась в горы, и была там с молодым чабаном и родила потом мальчика». Бедняк воротился к

хану и сказал: «О великий хан, мне известно средство, которое может спасти твоего наследника. Прикажи поставить его колыбельку возле костра, такого, какой разводят обычно в горах ча баны. И пусть ему постелют овечью шкуру и кормят лишь той пищей, какой питаются чабаны». «но мой наследник не станет есть хинкал из жирного курдюка с чесноком!» – сказал хан, а потом подумал: «Сын всё равно умрёт, так сделаю же, как говорит этот простолюдин». Он дал необходимые распоряжения. Хинкал вызвалась готовить сама ханша, и пока она делала это, то вспоминала всё молодого чабана и самую лучшую ночь в своей жизни, проведённую высоко в горах. Приготовив хинкал, ханша положила его на деревянное блюдо и поднесла сынишке в точности так, как подносила его молодому чабану, его отцу. Вместе с хинкалом она поднесла ребёнку глиняный кувшин с чистой и прохладной водой из родника. Хинкалины были большими и тяжёлыми, как камни в горах, а горячий курдюк плавился жиром, источая специфический аромат. Едва ребёнок учуял запах курдюка и чеснока, как тут же открыл глазки и, поднявшись, схватил самую крупную из хинкалин. Он ел так, словно не мог насытиться, и на глазах у изумлённых людей наливался мощной силой, подобной той, какою обладал молодой чабан. А от болезни не осталось и следа…

Самое время сейчас сказать ещё об одном дагестанском блюде под названием **халпама** или **халтама**. Это тоже в своём роде хинкал, только изготовленный из кукурузной, а не

пшеничной, муки.

Методика его изготовления так же удивительно проста, но от этого данное блюдо не станет менее вкусным.

Здесь, как и в татском хинкале, мука замешивается на крутом кипятке, естественно, с добавлением соли. Замесили крутое тесто и из полученной массы соорудили что-то вроде конуса или пирамидки. Аккуратно отделяя от неё не большие порции теста, примерно в 40–50 г, лепим из него халпаму-небольшие, круглой или овальной формы лепёшечки, которые опускаем (сразу же, пока они не остыли!) в кипящий мясной бульон. Подаём на стол отдельно от бульона, едим с кисломолочно-чесночной подливой.

Бульон для халпамы бывает особенно вкусен, когда он сварен из горского сушёного мяса и сушёной же колбасы. Достоинством этого блюда можно считать и то, что его, как и аварский хинкал, можно позднее поджарить в масле и съесть с неменьшим удовольствием.

В дагестанских горах халпама традиционно начиняется измельчённой крапивой. Кроме того, горцы издавна при заготовке мяса на зиму запасаются разделанными внутренностями, измельчая требуху, сердце, печень и лёгкие и добавляя к ним мелко порубленную сырую тыкву, тмин и **ханц.** Хранится вся эта масса в больших глиняных балхарских кувшинах и служит по сей день начинкой для халпамы и чуду.

Надо сказать, что в последние годы халпама у некоторых хозяек приобрела несколько иную форму, а именно: тесто начиняется тёртым голландским сыром и лепится в виде трубочки. Всё остальное, начиная с процесса варки и завершая поеданием, – то же.

Глава четвертая
Варим шурпу

«Ешьте умеренно, но с удовольствием. Зло не в том, что входит в ваши уста, а в том, что из них выходит».

П.Коэльо

К разряду первых блюд в дагестанской кухне можно отнести шурпу, т. е. суп, и при этом следует оговориться, что первое блюдо в нашей кухне, будь то хинкал или шурпа, настолько насыщенно, что второе уже даже и не обязательно.

Итак, шурпа. Готовят её, как правило, из мяса, фасоли, чечевицы, риса, кукурузы, картофеля и макаронных изделий.

Пену, образующуюся в момент закипания, необходимо сразу снять, после чего огонь уменьшить и суп доварить на слабом огне.

Очень распространённым среди дагестанских блюд является

бурчак-шурпа, или фасолевый суп. Готовится он на мясном бульоне, куда хорошо бы добавить для большей пикантности и сушёное мясо с дагестанской колбасой.

Мясо и кости для бульона хорошенько промываем холодной водой, соскоблив с костей ножом имеющиеся на них пленки, жилки и т. д. Затем варим на среднем огне и, едва бульон закипит, аккуратно снимаем пену.

Убедившись, что мясо сварено до полуготовности, насыпаем в кастрюлю свежую фасоль, предварительно перебрав и замочив её, и пусть она также варится, ибо одно в данном случае другому не мешает. Сварив мясо, выкладываем его в отдельную посуду и, убедившись в мягкости фасоли, кладём в кастрюлю картофель, а ещё минут через 10–15 и лапшу, желательно домашнего изготовления.

Лапша обычно делается из очень крутого пресного теста, в которое мы кладём не меньше 3-х яиц и очень мало воды и которое нарезаем затем соломкой.

Бурчак-шурпа будет гораздо вкуснее, если вы сделаете отдельную зажарку из репчатого лука и томатной пасты, желательно на топлёном масле. Но если ваше мясо кажется вам чересчур жирным, то варите измельчённый лук прямо в супе перед добавлением картофеля.

Не забудьте положить в бульон соль, перец и лавровый лист. Когда? Лучше после фасоли, так как в подсоленной воде она варится дольше.

Не менее вкусным покажется вам и традиционный дагестанский **суп с чечевицей**, или, как его ещё называют, горский суп, особенно если он приготовлен также на бульоне из сушёного мяса и колбасы.

Сварили мясо, процедили бульон, насыпали туда очищенную и хорошо промытую чечевицу (лучше тёмную, а не светлую – она, хотя и варится дольше, зато гораздо вкусней!) в пропорциях приблизительно 150–160 г чечевицы на кастрюлю бульона, а чуть позднее засыпаем туда рис, тоже полстакана.

Перед самой подачей добавляем в суп пассерованный вместе с томатом мелко нарезанный репчатый лук и в качестве заключительного аккорда кладём сюда мелко нарезанную курагу, придающую чечевичному супу пикантную и ароматную кислинку. Заправляем специями, куда входят барбарис и лавровый лист, посыпаем зеленью и подаём в глубоких тарелках. Едим.

Полезный совет: для приготовления бульонов мясо следует нарезать небольшими кусками.

Есть у дагестанцев и свой собственный **борщ, именуемый в**

народе зелёным. Другое его название – щавелевый суп. Щавелевый ли суп, или зелёный борщ, он готовится на мясном бульоне с добавлением специй, измельчённого лука и картофельных брусочков.

Когда всё сварено, кладём в кипящий бульон мелко нарезанный щавель, которого должно быть не менее трёх базарных пучков (!), и варим в течение 2–3 минут. Затем в готовый суп добавляем киндзу и укроп.

Некоторые хозяйки предпочитают не нарезать щавель, а помолоть его в мясорубке, а некоторые любят добавить в бульон рис. Так или иначе, но ложка сметаны в тарелке с зелёным борщом просто необходима! Наконец, добавляем туда мелко нарезанные кусочки сваренных вкрутую яиц – и можно приступать.

Суп с лапшой по-дагестански готовится следующим образом. На большом огне варим мясо (барани ну или говядину, неважно, свежую или сушёную, поскольку данная шурпа вкусна и с той, и с другой), доводим до кипения, убавляем огонь и варим до полуготовности, время от времени снимая образовавшуюся пенку.

Когда мясо готово, вынимаем его из бульона и добавляем в последний мелко нарезанный загодя и обжаренный (лучше на топлёном масле) до золотистого оттенка репчатый лук, потушенный в течение нескольких минут вместе с томатной пастой, а затем кладём в кастрюлю приготовленную также заранее домашнюю лапшу. Мы помним, что она делается из пшеничной муки, замешенной в крутое пресное тесто, раскатанное затем в тонкий пласт, который нарезается полосками, из которых, в свою очередь, нарезается лапша.

Когда шурпа готова, заправляем её толчёным чесноком и едим.

В горах, кстати, с давних пор, готовя суп с лапшой, традиционно добавляли в него нарезанную тонкими кусками сушёную колбасу, картофель и тмин, а также подливали небольшое количество молока.

А вот **чурпа (шурпа) из щавеля**. Щавель (0,5 кг) перебрать и хорошенько промыть холодной водой, а затем, удалив жёсткую часть черенков, мелко нарезать.

Картофель (400 г) очистить от кожуры, промыть холодной водой, нарезать небольшими кубиками и, положив в кипящий бульон, сварить до полуготовности, после чего, добавив к нему щавель и поджаренные кусочки бараньего сала, посолить, поперчить и довести суп до готовности.

При подаче добавить в суп сваренные вкрутую и мелко

нарезанные куриные яйца.

Есть в нашем меню и **суп** под названием **«Атлан»**. Обычно его готовят в глиняных горшочках, заложив все ингредиенты одновременно. К ингредиентам относятся: мякоть баранины, картофель, репчатый лук, томатное пюре, солёные огурцы, а также чеснок, чернослив или ткемали, чабрец, соль, специи.

Мясо рубим на небольшие кусочки и выкладываем его слоем, на который также слоем кладём нарезанный полукольцами репчатый лук, поверх которого накладывается нарезанный кубиками картофель, далее идут мелко нарезанные солёные огурцы, чабрец, чернослив или ткемали, и всё это заливается водой, разведённой томат-пастой.

Тушим до готовности и подаём, заправив толчёным чесноком. По консистенции напоминает соус.

Есть ещё и **шурпа в горшочках**. Здесь сначала кладём в горшочки нарубленное на куски мясо и, залив его холодной водой, ставим в духовку, а когда оно сварится до полуготовности, добавляем картофель, морковь, нарезанный кольцами лук и мелко нарезанные помидоры. Не забыть про лавровый лист, соль и перец!

Доводим до готовности и подаём на стол в горшочках, щедро посыпав зеленью.

Просто изумителен **суп с тефтелями, по-другому – с фрикадельками**! Его можно готовить на мясном бульоне и просто на воде, ведь основой всё равно является мясо. Готовим фарш из баранины или говядины, куда добавляем репчатый лук и специи, затем лепим тефтели в виде шариков и опускаем их в кипящий бульон или воду.

Когда тефтели всплывают, варим их ещё минут 5–6. По желанию можно добавить в суп картофель и рис, но для этого необходимо вынуть из бульона уже сваренные фрикадельки и выложить их на время в отдельную тарелку, иначе при варке риса и картофеля они просто развалятся. Некоторые хозяйки добавляют немного риса в сам фарш.

Обязательным условием великолепного вкуса данного блюда является предварительное обжаривание до золотистого оттенка измельченного репчатого лука вместе с томатной пастой, которые затем кладутся в бульон за 10 минут до его готовности. Когда картофель и рис уже сварены, возвращаем в наш суп фрикадельки.

Ну, и последнее: чем больше зелени в супе, тем он вкуснее!

Суп по-дербентски готовится так: в холодной воде замачиваем на ночь горох «нухут» (или «нут»), который на следующий день варим вместе с бараньим мясом. Когда мясо и горох сварены до полуготовности, добавляем к ним нарезанный кубиками картофель, томатную пасту и мелко нарезанную очищенную курагу. Пропассерованный до золотистого оттенка лук кладём в суп за 10 минут до готовности.

Подаём в глубоких тарелках, посыпав рубленой зеленью

киндзы.

Многие дагестанцы с удовольствием едят **суп из риса и фасоли**, который готовится следующим образом. В пропорции 1 стакан риса и 1 стакан фасоли отвариваем по отдельности в подсоленной воде рис и предварительно вымоченную в течение 6–8 часов фасоль. До румяной корочки поджариваем на сковороде мелко нарезанный бараний жир, добавляем в него нашинкованный репчатый лук и поджариваем до золотистого цвета.

В кастрюлю, где варится рис, перекладываем уже отваренную фасоль и добавляем сюда поджарку. Доводим суп до готовности. Едим.

Рекомендуем вам в качестве первого блюда и **суп с конским щавелем**, весьма, как утверждают лакцы, полезный для здоровья. Варим до готовности баранье мясо, после чего вынимаем его из кипящего бульона и кладём сюда нарезанный брусочками картофель. Варим его до полуготовности и, лишь когда он станет мягким, добавляем в суп мелко нарезанный конский щавель (не менее 300 г), молоко (0,5л) и соль. Варим до готовности.

Суп с пельменями, или дюшпере, вкусен необычайно! Варится он как на мясном бульоне, так и на воде, но… в бульоне всё-таки лучше! Замешиваем крутое тесто, добавляем туда пару яиц и соль, затем тонко раскатываем и разрезаем на кружочки, которые должны быть по размеру вдвое меньше, чем обычные пельменные.

В мясной фарш кладём зелень укропа и киндзы (да побольше!) и, хорошенько размешав, раскладываем наш фарш в середину каждого кружочка, затем защипываем края и опускаем в кипящий бульон.

Варим до готовности и подаём в глубоких тарелках, посыпав сверху зеленью. В качестве приправы можно подать столовый уксус.

Вот рецепт **супа по-табасарански.** Здесь необходимо хорошенько промыть в холодной воде мясо баранины (0,5 кг), разрубить его на куски и поместить в кастрюлю вместе с предварительно замоченным горохом «нухут» (150 г). Всё заливается холодной водой, доводится до кипения на сильном огне, который убавляется, как только снята пенка, и варится затем до полуготовности, после чего в кастрюлю добавляются нарезанный дольками картофель (400 г) и морковь (150 г).

Минут через 15–20 сюда кладут нарезанные полукольцами репчатый лук (2 головки), болгарский перец (2 шт.), очищенные от кожуры и мелко нарезанные помидоры (2–3 шт.), а также нарезанное мелкими кусочками курдючное сало (50 г).

Всё варится на медленном огне в течение 15 минут, после чего в кастрюлю добавляются соль, перец и специи по вкусу.

Подаётся в глубоких пиалах. **Суп простой**. Варим баранину до полуготовности, затем добавляем в бульон крупно нарезанный картофель и мелко нарезанные помидоры. На сливочном масле жарим морковь, лук и муку. По желанию кладём в суп рис или макаронные изделия. В конце варки добавляем специи. При подаче заправляем сметаной.

А вот наш **гороховый суп**. Горох (250 г) замачиваем в течение 1,5–2 часов. Пока он замачивается, промываем хорошенько под холодной водой сушёное мясо (300 г) и варим его на большом огне, который убавляем после того, как вода закипела и мы сняли образовавшуюся пену.

Затем всыпаем в кипящую воду горох и варим его в течение 1,5 часов.

Нарезаем тонкой соломкой репчатый лук (1 головка), поджариваем его на топлёном или растительном масле (2 ст.л.) и опускаем в кастрюлю вместе с очищенным и нарезанным кубиками картофелем, солью, перцем и специями.

Наряду с бараниной и говядиной, весьма почитаемо у нас и мясо курицы. Индюшатину дагестанцы, признаться, не особенно жалуют, хотя и употребляют в отдельных случаях, никак, впрочем, не связанных с рождеством, в отличие от обычаев европейских. Иногда мы даже можем поворчать: «Ну вот, дожили до индейки!» Но это так, беззлобно!

А вот с курицей мы дружим, неважно, в каком она виде: вареном, жареном или пареном.

Коль скоро речь зашла о супах, заметим, что **наши куриные супы** не особо отличаются технологией приготовления от тех, что едят во всём мире, разве что наполнением содержания!

К примеру, в процеженный куриный бульон, помимо самой курицы, кладут морковь, лук, соль, перец, лавровый лист, чабрец, курагу.

Иногда просто отвариваем курицу и наряду с зеленью киндзы и укропа добавляем в бульон немного измельчённого чеснока.

По желанию можем заправить бульон рисом или макаронными изделиями, но сразу оговоримся, что куриный суп наиболее вкусен, когда он приготовлен с домашней лапшой. В этом случае лапша нарезается более тонко, чем, например, для бурчак-шурпы.

Популярен у нас **куриный суп с вермишелью и помидорами**. Для его приготовления курицу промываем в холодной воде, помещаем в кастрюлю, заливаем холодной водой и варим на сильном огне, который убавляем, едва вода закипит и

снята образовавшаяся пенка.

Затем готовую курицу вытаскиваем из бульона, куда в порядке очередности отправлям мелко нашинкованный репчатый лук (1–2 головки), морковь (2–3 шт.) и очищенный и нарезанный кубиками картофель (300 г).

Свежие помидоры (3–4 шт.) натираем на крупной тёрке или через сито и в виде пюре добавляем в кастрюлю, куда через 10 минут отправляются также вермишель (300 г), соль и перец (по вкусу).

Суп варится до готовности. При подаче курица разделывается на куски и подаётся присыпанной зеленью киндзы или укропа.

Можно приготовить и **кислый суп**, для чего отвариваем до полуготовности мясо курицы (600 г) и добавляем в кипящий бульон перебранный и промытый рис (1 стакан), а чуть позднее очищенный и нарезанный небольшими кубиками картофель (400 г) и тщательно промытую сушёную курагу (1 стакан). Солим, перчим и варим до готовности.

Надо сказать, что весьма вкусен и **хинкал, приготовленный на курином бульоне**. Технология его приготовления та же самая, что и с мясом, желательно лишь, чтобы курица была пожирней.

Мы презентовали здесь лишь основные из дагестанских первых блюд, хотя существует и множество других, о которых мы не говорим по той лишь причине, что они практически идентичны кухне различных стран, чему в немалой степени способствовало взаимопроникновение самых разных кулинарных технологий.

Дагестанская кухня имеет немало общего с кухней русской, или украинской, или грузинской, принципиально отличаясь от оных лишь отсутствием в ней мяса свиньи.

Помимо мясных супов, есть в нашей кухне и супы постные. Возьмём, к примеру, молочные, весенние или летние варианты.

Вот **суп с крапивой.** Здесь наличие мяса носит чисто условный характер и представлено в виде костей для бульона. Перебрав молодую крапиву, хорошенько промываем её в холодной воде, затем опускаем на две-три минуты в кипяток, откидываем на дуршлаг и рубим.

В кипящий бульон кладём нарезанный брусочками картофель и после того, как он вновь закипит, добавляем пассерованный в топлёном масле репчатый лук и подготовленную крапиву. В конце варки добавляем специи.

Подаём в глубоких тарелках, посыпав зелёным луком и киндзой. Едим со сметаной и сваренными вкрутую и измельчёнными куриными яйцами.

Полезен и **суп из кураги**. Перебрав и очистив сушёную курагу, тщательно промываем её в холодной воде и опускаем в

кипящую воду. Когда курага сварена, достаём часть её из бульона, протираем через сито и сливаем обратно в кастрюлю.

Разводим в холодной воде пшеничную муку и тщательно перемешиваем, чтобы не осталось комочков, а затем вливаем в наш суп, постоянно помешивая. Добавляем соль, сахар (2–3 ст.л. на 200 г кураги) и доводим до готовности. Едим.

В качестве постного первого блюда можно приготовить, например, **галушки с мятой**, для чего просушенную и смолотую мяту (3 ст.л.) всыпаем в 0,5 л молока, вбиваем туда же два яйца и обжаренный репчатый лук, а затем всыпаем муку (приблизительно 600 г). Всё смешиваем до получения однообразной массы, из которой лепим галушки и опускаем затем в кипящую воду.

Варим до готовности и подаём в тарелках, долив сюда ещё молока.

Весьма популярны у нас и **супы молочные**. Вот, например, молочный суп с домашней лапшой. Берём стакан пшеничной муки, добавляем к нему 2–3 ложки молока, одно яйцо, соль и замешиваем крутое тесто. Раскатываем в тонкий пласт и нарезаем лапшу, которую затем слегка подсушиваем.

Кипятим 0,5 л молока вместе с 200 г воды. На сливочном масле поджариваем до золотистого оттенка мелко нарезанный репчатый лук и опускаем его вместе с нашей лапшой в кипящее молоко. Доводим суп до готовности и выключаем его.

Необыкновенно лёгок и столь же полезен **молочный суп с тыквой**. Для этого нарезаем тыкву небольшими ломтиками, заливаем их молоком, солим, варим и едим.

Молочный суп с рисом готовится следующим образом. Очищенный и нарезанный ломтиками картофель опускаем вместе с измельчённым репчатым луком в кипящую воду, смешанную с молоком (в пропорциях на 1,5 л молока – 0,5 л воды) и сразу же добавляем сюда 1 стакан промытого риса. Варим до готовности, добавляем сливочное масло и соль.

Есть у нас и молочный **суп с рисом и тыквой**. Очищаем свежую тыкву от зёрен, нарезаем её ломтиками, заливаем водой и варим в течение 15 минут. Отваренную тыкву очищаем от кожуры и разминаем ложкой. Наливаем в кастрюлю 3 стакана молока, всыпаем туда стакан риса, размятую тыкву и варим до готовности.

Молочный суп с пшеном готовится так. В кипящую воду с молоком (в пропорциях 1:2) опускаем нарезанный мелкими кубиками картофель и затем, минут через 15, добавляем очищенное пшено и солим. Доводим до готовности.

Предлагаем вашему вниманию **ещё один кислый суп**. Здесь,

правда, одним из компонентов выступает мясо курицы, которое необходимо отварить до полуготовности и затем положить в кипящий бульон хорошо промытый рис, нарезанный ломтиками картофель и, наконец, тщательно промытую сушёную курагу (не менее стакана). Добавить соль, перец и варить до готовности.

К весенне-летним супам можно отнести **окрошку под названием камбар**. Для её приготовления смешиваем в равных количествах простоквашу и холодную кипячёную воду и добавляем туда нарезанные ломтиками свежие огурцы, зелёный лук, сваренные вкрутую и нарезанные кубиками яйца и, наконец, свежую зелень укропа и киндзы. Солим и охлаждаем.

При желании можем немного добавить в суп отваренного и мелко нарезанного нежирного говяжьего мяса.

Лезгинская кухня предлагает нам изумительно вкусное блюдо под названием **довга**. Простокваша разбавляется водой и смешивается с пшеничной мукой. Затем сюда кладётся перебранный и промытый рис (на 500 г простокваши 50 г риса и 20 г муки), измельчённая зелень укропа и петрушки, мята, соль. Всё это варится на небольшом огне до готовности. Не забудьте время от времени помешивать.

Подаётся в холодном виде летом и в тёплом виде – в другое время года. Лично нам, дагестанцам, довга нравится больше как холодное блюдо.

Совершенно отдельного разговора требует очень популярное дагестанское блюдо из разряда жидких, которое носит название **у лакцев «хьахьари», у аварцев «йи», у даргинцев и у кумыков «щапщи», у лезгин «гIит»**. Это старинное ритуальное блюдо, являющееся скорее даже не супом, а супом-кашей из различных зёрен, представляющее горскую кухню и символизирующее здоровье, надежду и плодородие. Издревле это блюдо готовилось для того, чтобы раздать его в период мусульманского праздника «Ураза-байрам», а также в случаях вызова дождя или исполнения желания. В современном быту, как и прежде, хьахьари-йи-щапщи-гIит готовится редко, зато традиционно присутствует в канун праздника весеннего равноденствия, 21 марта, но можно приготовить его и просто по желанию, кроме хорошего, от этого ничего не будет!

Итак, в подсоленной воде замачиваем в большой миске зёрна пшеницы, ячменя, чёрных бобов, фасоли, кукурузы, гороха и риса (число компонентов должно равняться 7, и все должны быть представлены в равных пропорциях!) и оставляем на ночь.

Хорошенько промываем сушёное мясо и/или колбасу, варим до готовности в кастрюле вместе с пшеницей. Традиционно в хьахьари добавляется и сушёный язык.

Фасоль и чёрный горох варим по отдельности, затем добавляем к готовой пшенице, кипятим всё вместе, солим, перчим и доводим до готовности. Готовое блюдо приправляем кислой курагой и жареным на курдюке луком.

Едим – и просим добавку! А вообще в горах самым древним и самым простым по способу приготовления был суп, напоминавший своей сутью некую мешанину. Для его приготовления горянки кипятили воду и, посолив, кидали в неё кусочек сухого бараньего сала, после чего смешивали небольшое количество муки с водой и растирали руками на маленькие кусочки, которые и бросали в кипящий бульон. Готовый такой суп горцы ели с хлебом.

Глава пятая
Блюда не первые и не вторые, а самостоятельные

Кулинарное искусство – такое же искусство, как и все другие, а уж плоды его вкушаешь каждый день.

Греческая пословица

Вообще, если честно, вторые блюда у нас гораздо популярней первых. Мы, разумеется, в курсе, что жидкое просто необходимо для желудка, но, как и англичане, считаем, что супы занимают пространство в желудке, однако не насыщают (суп-хинкал не обсуждается!).

Готов упасть я на колени
Пред тем, кто выдумал пельмени.

Неизвестный автор

Ассортимент вторых блюд у нас достаточно разнообразен, хотя взаимопроникновение наблюдается и тут.

Возьмём, к примеру, хотя бы **долму – голубцы со свежими или маринованными виноградными листьями.** Спросите любого турка, и он вам скажет, что долма – это исконно турецкое блюдо. Азербайджанец станет утверждать, что это не так, а с ним с жаром тут же поспорит армянин (помните, в «Мимино»?). У греков есть национальное блюдо под названием «долмадакья», представляющее собою крохотные голубцы в виноградных листьях! Точно такое же блюдо есть и в болгарской кухне.

Можно было бы, конечно, свалить всё на пресловутое турецкое иго, но… ига давным-давно нет, а долма всё живёт и здравствует, то бишь с удовольствием кушается!

В Дагестане турецкого ига, хвала Всевышнему, никогда не было, зато блюдо под названием «долма» присутствовало всегда.

Между прочим, ещё у нас любят запечённую в духовке баранью ногу, поданную, например, с рисовым пловом. И греки, говорят, тоже к этому блюду относятся с большим почтением.

Так вот мы и живём в самом что ни на есть мирном сосуществовании с кухнями своей и других народов мира!

Вернёмся, однако, к заявленной теме, т. е. непосредственно к тем блюдам, которые несут у нас вполне самостоятельную нагрузку. В сугубо национальной кухне Дагестана они представлены в виде курзе, долмы, чуду (во всех трёх словах ударение делается на последних буквах), плова и всё того же хинкала (без него ну никак!).

Ну, чуду и плов заслуживают своей, отдельной, главы. А здесь мы поговорим о **курзе**. По-русски это блюдо назовут пельменями, и на авторство его издавна претендуют сразу несколько народов, которые уверенно помещают его в раздел «национальная кухня».

Анекдот в тему:

У дагестанца спрашивают:

– Скажите, пожалуйста, а как у вас называются горячие пельмени?

– Курзе, – отвечает он.

– А холодные как называются?

– А мы им не даём остыть! – с достоинством говорит дагестанец.

Существует мнение, что пельмени, подобно многим гениальным изобретениям человечества, родом из Китая и что в Россию данное блюдо якобы завезено монголами, «подглядевшими» секрет изготовления цзяоцзы, являющегося национальным блюдом Поднебесной, жители которой известны всему миру как настоящие фанаты варёного теста с различными начинками.

Претендуют на пальму первенства в этом отношении европейцы, в частности итальянцы, от которых, в свою очередь, не отстают и финно-угорские народы. Есть версии в пользу того, что в Россию пельмени попали вместе с северными кочевниками, называвшими кушанье «пельнянь», т. е. «ушко из теста», а в Сибирь они попали якобы со стороны Урала.

Мы не станем спорить ни с итальянцами, у которых одно из национальных блюд в точности напоминает лакский хинкал, ни с китайцами, как и мы, до фанатизма обожающими изделия из варёного теста.

Скажем лишь, что курзе в том виде, в каком оно представлено в кухне народов Дагестана, абсолютно национально, а всё вышесказанное предлагаем отнести к тому, чтобы пельмени или курзе, пельнянь или равиоли, хинкали или цзяоцзы являли собою символ согласия и всегда оставались как объединяющей силой, так и передаваемой из поколения в поколение доброй традицией.

Что и говорить – вещь обалденная!!! И главное здесь – насытить не только лишь один желудок, но ещё и глаза, потому как если они, эти ваши глаза, не наелись до отвала этим кулинарным шедевром, то вас ещё долго будет сопровождать ощущение… ну, скажем, некоего дискомфорта!

Итак, делаем тесто, которое должно получиться у нас мягким и эластичным. При этом – никаких там добавок вроде соды,

кефира или чего-нибудь ещё. Обычное пресное тесто, состоящее из муки, воды и соли. Некоторые хозяйки добавляют сюда и яйцо, чтобы тесто не разварилось и, соответственно, не развалилось, но это не обязательно. Главное – хорошо замесить.

Пусть тесто пока лежит и принимается, а мы займёмся фаршем. Мы ведь помним, что слишком жирная еда одинаково вредна и опасна для нашего организма, и потому мясо для фарша возьмём не очень жирное. Идеальный вариант – филе говядины и баранины в равных пропорциях.

Перемалываем с репчатым луком (картофель не кладём, это ведь не котлеты!), прокручиваем через мясорубку либо натираем на тёрке парочку свежих помидоров (либо кладём томатную пасту), добавляем соль, а также молотый чёрный перец и винный уксус. Для большей мягкости и сочности подливаем сюда холодную воду. Если мясо постное, хозяйка добавит в фарш немного кефира или жидкой сметаны, многие кладут зелень и ханц – тот же уксус, только изготовленный из молока, что-то вроде сыворотки.

Итак, фарш готов. А дальше – дело техники. Раскатываем наше тесто на круглый пласт толщиной 1–2 мм и специальной формочкой вырезаем из него кружочки диаметром примерно 7 см (если нет специальной формочки, то пойдёт и стакан. На середину каждого кружочка кладем мясную начинку и лепим курзе. Для этого берём в левую руку кружочек вместе с начинкой, а правой рукой аккуратно и крепко защипываем его края «ёлочкой», поочерёдно захватывая пальцем каждую из сторон и затем скрепив кончик. У нас получится небольшой продольный мешочек с защипанными сбоку краями и хвостиком на конце.

Правильная форма курзе очень важна как для конечного результата, так и для эстетики. И каждая дагестанская хозяйка гордится аккуратной формой собственноручно слепленных ею курзе.

В кастрюлю с кипящей подсоленной водой опускаем наши курзе и варим до готовности. А готовность – это ещё несколько минут после их всплытия на поверхность.

Едим до отвала… глаз.

Подаём с бульоном, сметано-чесночным (если нет сметаны, берём простоквашу) или томатно-чесночным соусом. Последний готовим так: в глубокой сковороде расплавляем сливочное масло и добавляем в него несколько ложек томатной пасты либо натёртые помидоры. Заправляем солью и перцем и тушим в течение 3–4 минут, затем добавляем пару ложек горячей воды и измельченный чеснок.

Но… это в анекдоте. А в жизни – в случае, если курзе всё-таки остаются, можно позднее их поджарить на сковороде на растительном или топлёном масле и подать в горячем виде – тоже очень вкусно!

Наевшись курзе, трудно, конечно, продолжать разговор о еде, но справедливость требует сообщить вам и о том, что в Дагестане курзе готовится не только с мясом, но и с другими компонентами, а именно: с крапивой, творогом, тыквой, картофелем, яйцом… Вроде всё перечислено! А ещё с конским щавелем и молозивом!

Некоторые хозяйки балуют своих близких и курзе с

абрикосами.

Добавим, что в прежние времена горцы готовили курзе, начинённые даже лекарственными травами!

Вы уже, конечно, обратили внимание на то, что дагестанцы обожают мучные изделия. Да, блюда из теста готовятся во всём мире, но не так много, как у нас в Дагестане, где они представлены в виде самых разнообразных чуду и курзе. Дагестанские чуду – это отдельная песня! Очевидцы утверждают, что, однажды их отведав, вы уже не забудете их вкуса никогда. И это сущая правда! До чуду мы с вами ещё доберёмся, а пока продолжим тему курзе.

Можно сделать **курзе с тыквой**. Для этого тыкву (400 г) необходимо промыть и натереть на крупной тёрке. Репчатый лук (2 головки) нарезать мелко и поджа рить на сковороде с маслом, затем добавить его в натёртую тыкву, посолить и хорошенько перемешать. Можно добавить в начинку тмин.

Тесто готовим как для мясного курзе. Техника изготовления та же.

Курзе с картофелем так же готовятся, как мясные, только вместо мясного фарша мы, понятное дело, готовим фарш картофельный. Для чего, очистив картофель и промыв, варим и натираем на тёрке или пропускаем через мясорубку. Добавляем сюда обжаренный на топлёном масле репчатый лук, яйцо, соль, немного перца и тмина и всё перемешиваем.

Точно так же обстоит дело и с **курзе с творогом**. Примерно на 400 г творога берём 600 г пшеничной муки, 1 яйцо и пару головок репчатого лука. Лук нарезаем и поджариваем на топлёном или сливочном масле, добавляем его в творог и вбиваем туда яйцо и соль. Некоторые хозяйки добавляют сюда и зелень в виде мелко нарубленного укропа.

Хорошенько всё перемешиваем и готовим далее по технологии мясного курзе.

Курзе с конским щавелем готовится так же, в пропорции на

400 г конского щавеля 600 г пшеничной муки, 200 г творога и пара луковиц. Мелко нашинкованные листья щавеля смешать с творогом и посолить. Добавить поджаренный лук, соль, перемешать и лепить, как мясные курзе. Пода вать со сметаной или простоквашей.

Для приготовления **курзе с крапивой** (кстати, исключительно полезный продукт, хотя и считается почему-то сорняком!). На 400 г крапивы берём 600 г пшеничной муки, пару яиц и две головки репчатого лука. Крапиву, тщательно перебрав, промываем несколько раз под проточной водой, затем откидываем и мелко рубим острым ножом или топориком. Добавляем мелко нарезанный и обжаренный на топлёном масле лук, а также соль и взбитые яйца.

Замешиваем крутое тесто, раскатываем его на толстые колбаски, нарезаем брусочками, из которых готовим своего рода мешочки, для чего, держа брусочек в левой руке, большим пальцем правой проделываем в нём по центру отверстие, расширяя и углубляя его до тех пор, пока стенки брусочка не станут тонкими, и затем заполняем получившийся у нас мешочек начинкой из крапивы. Залепив края, опускаем по одному в кипящую воду и варим до готовности. Подаём со сметано-чесночной подливой.

В аналогичных мешочках готовим **курзе с яйцами**. Для начинки на 6–8 яиц берём 0,5 стакана молока и пару головок репчатого лука. Сырые яйца разбиваем в миске, добавляем туда молоко, соль и нашинкованный и поджаренный на топлёном масле репчатый лук. Бывает, что для особого вкуса добавляем в

измельчённом виде и сушёный бараний жир – курдюк. Всё перемешиваем. Наполняем мешочки этой массой и крепко залепляем края, чтобы она не вытекла. Сразу же опускаем в кипящую воду и варим до готовности. Подаём со сметаной или простоквашей, с чесноком и без.

Отметим мимоходом, что, по свидетельству известного дагестанского просветителя Абдуллы

Омарова, данное блюдо некогда было блюдом, «принадлежащим к числу роскошных блюд горского стола».

Для приготовления традиционно горского **курзе с молозивом** необходимо из пшеничной муки (600 г) замесить крутое пресное тесто, раскатать его колбасками и нарезать на брусочки, из которых затем вылепить мешочки и заполнить их начинкой. Закрепив края мешочков, опустить их в подсоленную кипящую воду и довести до готовности.

Для приготовления начинки нужно очистить и нашинковать репчатый лук (2 головки) и поджарить его на топлёном масле, а затем добавить в молозиво (500 г) вместе с сырыми яйцами(2 шт.), солью и молотым тмином.

Сделаем здесь небольшое отступление и вновь обратимся к истории, в данном случае касающейся вышеупомянутой крапивы. Открываем бесценный по своей историко-этнографической

значимости «Сборник сведений о кавказских горцах» и читаем у того же Абдуллы Омарова:

«Единственная зелень, которую носили женщины и дети домой, была крапива да отчасти мята. Крапива росла почти в самом ауле, а в окрестности его можно было набрать ее целый ишачий вьюк, не прошедши даже одной сажени пространства. Из крапивы приготовляют особого рода вареники – очень любимое горцами весеннее кушанье, хотя приготовляется оно не часто. Чтобы приготовить из крапивы вареники, крошат ее ножом и посыпают солью, мешают в нее куски старого бараньего сала и несколько яиц и из такой смеси лепят вареники, употребляя для них только пшеничную муку. Без сомнения, такой способ приготовления их – не по средствам бедняка-горца. Из крапивы приготовляют также пироги, которые вкусны тогда только, когда они горячи.

Собираемую весною мяту сушат и мелют, а потом порошок из нее мешают в тесто со старым салом и делают чуреки. Такого приготовления хлеб употребляется преимущественно женщинами; мужчины, считая чуреки с мятою лакомством, между прочим говорят: «женщины – это самые сластолюбивые создания. Ведь они же выдумали, что чуреки с мятою должны есть только женщины…»

Теперь, когда мы честно поведали вам всё о курзе, можно поговорить и о **чуду**. Мы и тут ничего скрывать не станем и сразу же начнём с правды – вкуснотища необыкновенная!

Сразу скажем, что чуду – это пресные тонкие лепешки или пироги из пшеничной муки, начиненные самыми разными вкусными и полезными вещами, такими, как мясо, творог, тыква, крапива, картофель, требуха, зелёный лук, полба, курица с орехами и… вообще всё, чего желает ваша душа. Чуду могут быть как обжаренные в масле, так и смазанные им после того, как их испекли на сухой сковороде.

Несмотря на то, что в целом в нашу задачу входит ознакомить вас с блюдами общедагестанской кухни, не разбиваясь здесь и там на кухни узконациональные, необходимо отметить, что, как и в случае с хинкалом, исторически сложилось так, что чуду обладает специфическим смаком, присущим конкретно тому или иному дагестанскому народу, и выделить что-то как наиболее вкусное и изысканное – задача, поверьте, крайне неблагодарная.

Зато само по себе чуду является блюдом очень благодатным и благодарным. В смысле – чем чаще вы будете его готовить, тем лучше и вкуснее оно будет у вас получаться!

Прежде чем приступить, сразу оговоримся, что, несмотря на некоторые различия, тесто у всех чуду практически одинаковое.

Поэтому и готовим мы его одинаково, используя лишь муку, воду и соль. Если появятся другие компоненты, мы их озвучим.

Тесто замешивается, как и на курзе, – пресное и в меру мягкое.

У аварцев встречается несколько разновидностей **чуду с творогом**, кроме основного, это – ботишал (чуду по-чохски) и беркал (чуду по-согратлински). Общее у них то, что готовятся они, как правило, из лежалого творога (срок выдержки делает начинку тягучей) и готовое блюдо обильно смазывается сливочным или топлёным маслом и посыпается толокном. Замешивается пресное тесто, из которого раскатываются небольшие плоские лепёшки толщиной примерно в 1–1,5 мм, каждая из которых заполняется начинкой. Затем края круга собираются воедино и защипываются в узелок, после чего с узелка срезается лишнее тесто и вся лепёшка осторожно раскатывается как можно тоньше (но не до того состояния, когда она грозит порваться в каком-нибудь месте!). Согратлинцы добавляют к такому творогу немного протертого вареного картофеля – чтобы чуду не растекались. Для беркал требуется мягкое тесто, а для ботишал – тугое, полежав немного, сформованные кружочки станут податливыми, как пластелин. Выпекаются чуду на разогретой сухой сковороде с обеих сторон, затем также с обеих сторон обмазываются сливочным маслом и укладываются друг на друга для упаривания. Подаются в горячем виде.

Лакцы предложат вам буркив или чуттурду – у них это общее название всех видов чуду, независимо от начинки. Если же быть точнее, то буркив – это разновидность чуду из пшеничной муки с тонкой коркой и тонким же слоем начинки. Пекутся они на сухой плоской сковороде и по приготовлении смазываются маслом. А чуттурду – это скорее пироги, корочка у которых более пышная, и выпекаются они, как хлеб, в хлебной печи «кIара». Поскольку чуттурду сохраняются дольше, в старину их пекли главным образом в дорогу.

Вот **буркив с творогом:** Замешиваем пресное тесто, раз резаем его на куски и раскатываем тонкие круглые лепёшки. На одну половину лепёшки выкладываем творог, предварительно отжатый от сыворотки и выдержанный как можно дольше в разложенном на подносе виде (чем дольше его выдерживаешь, тем вкуснее чуду!). При желании в начинку можно добавить и нашинкованный зелёный лук.

Накрываем фарш другой половиной лепёшки, защипываем края и выпекаем на сухой сковороде. При выпечке творог плавится, а при еде тянется и вытекает из чуду, в чём, на взгляд многих, и состоит главная его прелесть.

Готовые буркив смазываем сливочным маслом и складываем горкой друг на друга, чтобы они хорошенько упарились.

Точно таким же образом **буркив** готовятся **с начинкой из мяса**, **тыквы, картофеля, зелени и других компонентов.**

Исторически буркив пекли в Лакии из внутренностей скота, выдержанных в уксусе. Нередко их также готовили с начинкой из дикорастущих трав, смешав их с творогом или картофелем.

Рекомендуем вам также **буркив из кукурузной муки с простоквашей**. Здесь в простоквашу (250 г) вбиваются яйца (1–2 шт.) и добавляется мелко нарезанный и поджаренный на растительном масле или бараньем жире зелёный лук (50 г). Затем добавляются небольшое количество дрожжей и соль, после чего всыпается куку рузная мука. Всё хорошенько перемешивается, и готовится буркив по обычной технологии.

Даргинцы предложат вам **чуду с варёным рисом и творогом**. Для их приготовления рис (0,5 кг) необходимо перебрать и тщательно промыть несколько раз в холодной воде, а затем отварить в подсоленной воде.

Затем присоединить к рису свежий творог (200 г), сырые яйца (2 шт.), сметану (100 г) и немного соли и всё тщательно перемешать.

Замесить крутое пресное тесто, разделить его на куски, каждый из которых тонко раскатать на круглые пласты. На половину каждого пласта положить фарш и накрыть второй

половиной, соединив края.

Выпекать чуду на сухой сковороде, после чего смазать каждое сметаной и выложить горкой друг на друга для упаривания.

Мясные чуду необыкновенно вкусны. Их можно выпекать на сухой сковороде с последующим смазыванием маслом либо жарить прямо в масле, хотя это уже будут скорее чебуреки. Здесь главное – фарш. Он должен быть в меру жирным и очень сочным. За подробностями адресуем вас к описанному выше мясному фаршу для курзе.

В принципе технология изготовления фарша для чуду и курзе совершенно одинакова, включая **фарш из крапивы**. Кстати, о последнем. Некоторые из нас любят чисто крапиву, а другие добавля ют в начинку ещё и другие травы, к примеру, халту (мокрица), лебеду либо халияр (дикий лук). Всё это носит название **халта-курзе**, или **чуду с зеленью**. Кумыки, кстати, предпочитают крапиве начинку из халты с добавлением поджаренного репчатого лука и яиц. К халияру же они добавят творог (из примерного расчёта на 300 г хали-яра 200 г творога и 1 яйцо).

В любом случае зелень тщательно перебирают, чистят и промывают. Затем её мелко нарезают, посыпают солью, добавляют поджаренный на топлёном масле до золотистого цвета репчатый лук, вливают в фарш сырые яйца и лепят чуду в форме полумесяца (помните, на одной половинке лепёшки из теста размещаем фарш, а другой половинкой его закрываем и защипываем края?).

Итак, мы имеем чуду с творогом, мясом, зеленью, тыквой, картофелем… Есть ещё совершенно уникальные **чуду с требухой**! Готовятся они следующим образом. Требуху (0,5 кг) чистим, хорошенько промываем и варим в подсоленной воде. Затем перемалываем её в мясорубке вместе с 2–3 головками репчатого лука, добавив туда соль, перец и не более 2-х столовых ложек уксуса, а лучше ханц. Замешиваем крутое пресное тесто, раскатываем его на тонкие круглые лепёшки и на каждой из них накладываем фарш, после чего защипываем края и выпекаем на сухой сковороде. Готовые чуду смазываем сливочным или топлёным маслом – и едим с удовольствием!

Необыкновенно вкусны и **чуду с тыквой**! Для их приготовления замешиваем пресное тесто и в течение 30 мин. выдерживаем его. Очищаем тыкву от кожуры и семян и крупно натираем на тёрке. Нашинкованный лук поджариваем на топлёном масле, добавляем в него тыкву и пассеруем в течение 2–3 минут, после чего заправляем сахаром, солью, перцем и тмином. К натёртой тыкве непременно добавляем измельчённые в

мясорубке либо с помощью тёрки грецкие орехи и небольшое количество зёрнышек барбариса. Полученную массу охлаждаем.

Из теста раскатываем лепёшку диаметром 25 см, равномерным слоем укладываем на неё фарш, накрываем второй такой же лепёшкой и защипываем края. Выпекаем на сковороде без масла либо в духовке. Готовое чуду смазываем сливочным маслом и укладываем друг на друга для упаривания.

Грецкие орехи также обязательны и для приготовления **чуду с курицей**. Для этого отвариваем куриное филе и затем, мелко нарезав, смешиваем его со слегка обжаренными и измельчёнными грецкими орехами, добавив в них соль, перец и немного куриного бульона в таком соотношении, чтобы получилась густая однородная масса.

Тесто замешиваем крутое, делим его на куски и затем раскатываем на не очень тонкие пласты. На одну половинку пласта кладём фарш, другой половинкой его закрываем, защипываем края и выпекаем на сухой сковороде либо в духовке. Готовое чуду смазываем топлёным или сливочным маслом.

Есть в дагестанской кухне ещё одно объедение под названьем **чуду с зелёным луком**. Тесто – как обычно. Для начинки нарезаем колечками зелёный лук и белую его часть обжариваем затем на сливочном масле. Добавляем яйца (из расчёта 1 яйцо на 1 пучок лука) и пригоршню кукурузной муки. Размешиваем полученную массу и закладываем её в тонко раскатанные лепёшки теста. Защипываем края и выпекаем на сухой сковороде, затем складываем горкой, смазываем сливочным маслом и закрываем сверху крышкой или миской, чтобы наши чуду пропарились. Не пожалеете ни о чём!

В Дагестане **чуду** издревле готовили **с начинкой из кукурузной муки**, а также из жаренного на топлёном масле или на курдюке лука, добавляя сюда пряность в виде сушеной ореховой травы.

В лезгинской кухне, очень разнообразной и насыщенной, чуду носят название афарар и представлены в том числе и совершенно уникальными **афарар** из полбы. Для их приготовления нужно замесить пресное тесто и слепить из него небольшие шарики. Раскатать их как можно тоньше на овальные пласты. Последние слегка обжарить с обеих сторон и после обжарки обрызгать каждый водой или молоком. Затем накрыть пласты чистым полотенцем, чтобы они не подсохли.

Для приготовления начинки необходимо сварить целиком курицу и затем, отделив от костей мякоть, измельчить на волокна. Отдельно зажарить на растительном масле мелко нашинкованный репчатый лук.

Перебранную полбу насыпать в куриный бульон вместе с измельчённым мясом и затем, присоединив туда зажарку из лука, всё размешать и посолить по вкусу. Получившаяся консистенция должна напоминать жидкую кашу.

Начинку в горячем виде равномерно распределить между двумя пластами и верхний из них обильно смазать сливочным маслом.

Готовые афарар уложить друг на друга в плоской тарелке.

А вот **афарар из риса**. Раскатать пласты или коржи, так, как это описано выше. Начинка готовится из жидкой рисовой каши на молоке. В кашу добавляется зажарка из лука, которую по желанию можно жарить не на растительном, а на сливочном масле, и – также по желанию – немного сахара.

Начинка равномерно распределяется между двумя пластами, верхний из которых обильно смазывается сливочным маслом. Готовые афарар укладываются горкой друг на друга.

Даргинцы **для своих чуду** (очень, кстати, вкусных и больше похожих на пироги!) **замешивают пресное тесто** и выдерживают его 30 минут для клейковины либо готовят его опарным способом на дрожжах. Вяленое горское мясо, желательно пожирнее, нарезается маленькими кубиками и смешивается с нарезанным небольшими пластинками картофелем и нашинкованным репчатым луком. В начинку добавляют соль, перец, сырое яйцо и тмин. Тесто разделяется на кусочки и раскатывается толщиной примерно 2 мм. Начинка накладывается ровным слоем на одну лепёшку, затем накрывается другой, после чего изделие защипывается по краям. Выпекается это блюдо в духовке, называется оно **даргинским пирогом** и с аппетитом употребляется всеми дагестанскими народами. Нередко вместо обычного мяса используется горская колбаса или мясо сушёное.

Пресные пироги из дрожжевого теста с различными мясными и овощными начинками популярны у нас не меньше, чем старые добрые чуду. Так, дагестанцы обожают полакомиться пирогами мясным, картофельным, творожным, из тыквы, из крапивы, из листьев свеклы, из требухи, из сушёной дагестанской колбасы с картофелем, из сыра и ещё из многого чего другого.

Возьмём **пирог с мясом**. Для его приготовления замешиваем пресное тесто, накрываем салфеткой и оставляем на 30 минут. В мясорубке с крупной решёткой промалываем вместе с луком баранье или говяжье мясо, добавляем туда соль, перец, мелко нарезанную зелень, ханц, немного воды или бульона, тмин или чабрец, всё это перемешиваем и оставляем в холодном месте.

Из теста раскатываем две лепёшки диаметром 20–22 см и толщиной 1–1,5 мм, на одну из которых ровным слоем

выкладываем фарш. Отступив немного от края, накрываем другим и затем защипываем края. Делаем в середине надрез, смачиваем водой и выпекаем в духовке при температуре 200–250 град. После выпечки пироги смазываем с обеих сторон сливочным маслом, укладываем друг на друга и накрываем салфеткой.

Если вам когда-нибудь придётся попасть в Кулинский район Дагестана, вас непременно угостят **«къячIив»** – необыкновенно вкусными **пирогами с мясной начинкой,** которые готовятся следующим образом. Тесто раскатывается в форме тарелки с высокими краями, в которую выкладывается начинка из свежерубленного мяса, приправленного солью, перцем, луком и тмином. Поверх накладывается ещё одна лепёшка, потоньше, и края теста защипываются. Выпекаются в специальных печах.

Очень популярен у нас и **пирог с творожно-картофельной начинкой.** Как обычно, замешиваем пресное тесто и выдерживаем его 30 минут. Отварной картофель протираем на тёрке, добавляем протёртый же творог, мелко нарезанный и пассерованный репчатый лук, пару сырых яиц, соль, тмин и всё это перемешиваем. Из теста раскатываем лепёшки диаметром 20 см и толщиной 15 мм. На одну лепёшку выкладываем фарш, смазываем края яйцом и, накрыв другой лепёшкой, выравниваем края тесторезкой. Перед выпечкой смачиваем водой. Выпекаем в духовке 6–7 мин. при температуре 200 град.

Готовые пироги смазываются сливочным маслом и укладываются друг на друга для упаривания.

Пресный пирог с зеленью. Зелень (крапива, халта, то бишь лебеда, конский щавель, кресс-салат и т. д.) очищаем, хорошенько промываем проточной водой и мелко рубим. Мелко нарезаем очищенный и промытый зелёный лук, поджариваем его на топлёном или сливочном масле, тушим пару минут и снимаем с плиты. Затем добавляем туда протёртый творог и сырое яйцо, солим, перчим. Замешанное пресное тесто, выдержанное в течение 20 минут, раскатываем на коржи толщиной 1,5 см, один из которых укладываем в смазанные жиром формочки. На середину кладём фарш и накрываем формочку другим коржом, срезав края. Пирог слегка смачиваем водой и выпекаем в духовке. После выпечки смазываем сливочным маслом.

Таким вот образом и готовятся все пресные пироги. Попробуйте – не пожалеете!

Глава шестая
О долме и о плове

Кипит котёл, но пища не готова,
Судить о ней пока что не пора,
Поскольку вкус хинкала или плова
Нельзя узнать по запаху костра…

Р. Гамзатов

Долма и плов являются неизменным атрибутом каждого дагестанского стола. И сколько бы мы ни ворчали по поводу того, что они порядком уже всем надоели, всё равно мы не можем не признать, что без них нашему столу явно чего-то не хватает!

Долма – кушанье традиционное в Дагестане и Азербайджане, в Турции и Греции, в Болгарии и во множестве других стран, где знают толк в еде. В принципе, это те же голубцы, только сделанные из виноградных листьев, тогда как на обычные голубцы идёт капуста. Долма бывает размеров среднего,

маленького и крошечного, так, чтобы съесть целиком, не деля на кусочки.

Готовить это блюдо не сложно, но навыки, естественно, необходимы.

Итак, приступаем! Очищенное от сухожилий и промытое мясо пропускаем через мясорубку вместе с репчатым луком. Если мясо нежирное, хорошо добавить сюда баранье сало. Кладём соль, перец, затем добавляем в фарш рис – из расчёта на 1 кг мясной мякоти примерно 200 г риса. Для сочности можно добавить в фарш пару молотых помидоров и немного воды, а для большего вкуса – на резанной мелко зелени (киндзу, укроп). Некоторые хозяйки кладут в фарш мяту, которая придаёт кушанью особый вкус и аромат. Хорошенько всё перемешиваем.

Виноградные листья должны быть молодыми и нежными, тогда и долма будет сочнее. В этом случае просто обдаём листики кипятком, заворачиваем в них фарш, укладываем рядами в кастрюлю и, залив кипятком или горячим мясным бульоном, варим на медленном огне до готовности, которая обыкновенно проверяется степенью проваренности риса.

В случае, если виноградные листья попались жёсткие, мы кипятим их минут 7–8 в подсоленной воде и затем проделываем вышеописанную процедуру.

Подаём долму, полив собственным соком, отдельно подаём кислое молоко или простоквашу, а можно и сметану, смешав их с толчёным чесноком и солью.

Некоторые дагестанские народы, в частности лакцы, наряду с виноградными используют и листья конского щавеля, куда заворачивается готовый фарш. Такое кушанье носит название **дурма.** Так или иначе, данное блюдо ну о-очень вкусное!

Теперь о **плове.** Как уже было сказано, плов – неизменный атрибут всех дагестанских столов, независимо от того, праздники это или будни. В то время, как в роскошной грузинской кухне плов готовится лишь в случае похоронных мероприятий, да и то скорее это напоминает просто сваренный рис, у нас он присутствует на столе всегда, и процедура его приготовления представляет собой целый ритуал, ибо кушанье сие очень капризное и требует неусыпного внимания в процессе приготовления.

Плов, как и хинкал, несмотря на единое название, весьма разнообразен. Он может быть с мясом и сладкий, а может быть с морковью и с чечевицей, с фасолью и с тыквой, с курицей и с грибами… Но в основе, конечно, всегда лежит рис, который также может быть разным, к примеру, круглым или длинным. Качество риса играет не последнюю роль. Длинный рис выглядит красивее и нарядней, а круглый вкусней и наваристей (к тому же длинный рис забирает много масла и всё равно остаётся сухим!).

Но это так, к слову, тогда как по сути рис есть рис, белый он или чёрный, длинный или круглый.

Итак, приступим к плову и начнём, пожалуй, с мясного. Хорошо промытое баранье филе нарезаем маленькими кусочками и обжариваем в топлёном масле вместе с нашинкованным репчатым луком (2–3 головки), добавив по вкусу соль и перец. Когда мясо готово, кладем в него мелко нарубленный щавель (не менее 2-х пучков) и зелень укропа и киндзы (не жалеть!). Если нет щавеля, то можно положить немного лимонной кислоты или сока.

Рис перебираем и хорошенько промываем несколько раз, затем отвариваем в кипящей воде до полуготовности и откидываем на дуршлаг.

На дне кастрюли растапливаем масло и выкладываем на него нарезанный большими кружками сырой картофель либо смесь из яиц, риса и муки, чтобы рис не пристал ко дну. Поверх этого кладём отваренный до полуготовности рис и равномерно поливаем его сверху растопленным маслом. Накрываем кастрюлю сухим полотенцем и крышкой. Полотенце поглотит образовавшиеся от пара капельки воды.

На очень медленном огне доводим рис до готовности, не размешивая его, затем даём ему немного настояться и, наконец, укладываем на блюдо, положив сверху мясной гарнир и поджаренные на дне кастрюли картофель или яичную корочку.

Ещё один рецепт плова из баранины предлагает обжарить в топлёном масле мелко нарезанное баранье мясо до образования на нём корочки. Лук, нарезанный полукольцами, и морковь соломкой пропассеровать и, переложив вместе с обжаренным мясом в кастрюлю, залить бульоном, посолить, поперчить и довести до кипения. Затем положить туда перебранный рис, закрыть кастрюлю крышкой и варить на медленном огне, при необходимости добавляя горячую воду.

Дать готовому плову немного настояться и выложить затем на блюдо, не размешивая.

Примерно так же можно приготовить **плов из курицы.**

Для приготовления **плова с чечевицей** рассчитываем примерно 1 стакан чечевицы на три стакана риса. Чечевицу перебираем, чи стим и хорошенько промываем. Затем отвариваем её в отдельной кастрюле до полуготовности.

Рис варим в кипящей воде также до полуготовности, затем добавляем в него чечевицу и осторожно размешиваем в кастрюле до равномерной массы, которую тут же откидываем на дуршлаг.

На дне кастрюли растапливаем масло и выкладываем на него нарезанный большими кружками сырой картофель, чтобы рис не подгорел и не пристал ко дну, а поверх кладём рис с чечевицей и равномерно поливаем его сверху растопленным маслом. Накрываем кастрюлю сухим полотенцем и крышкой. На очень медленном огне, не размешивая, доводим до готовности.

Для мясного гарнира обжариваем отдельно фарш, добавив в него молотые помидоры и зелень укропа и киндзы, и выкладываем на блюдо поверх нашего плова с чечевицей.

По этой же технологии готовится **плов с белой фасолью.**

Можно приготовить **плов из баранины с сухофруктами**. Для этого обжариваем баранью грудинку целиком, отделяем её от костей, солим, перчим и тушим в небольшом количестве бульона, добавив в него пассерованный лук, кишмиш, курагу и тмин. Отдельно отвариваем рис.

При подаче выкладываем на блюдо рис горкой, сверху кладём готовую баранью грудинку, а также тушёные сухофрукты, поливаем топлёным маслом и посыпаем корицей.

В **сладком плове** вместо мяса гарниром служат кишмиш и сладкая курага, которые чистятся, промываются и тушатся на топлёном масле, чтобы украсить затем собою готовый плов.

Плов с морковью и плов с тыквой технологией приготовления напоминают узбекский плов. Для этого мы промываем под холодной водой баранину (500 г) и нарезаем её на небольшие ломтики, которые обжариваем в растительном масле на сильном огне в кастрюле с толстым дном до образования золотистой корочки.

Затем добавляем к мясу нарезанные соломкой репчатый лук (150 г) и морковь (500 г), слегка их прожариваем и, долив кипятка, тушим.

Предварительно вычищенный и замоченный в подсоленной воде рис (500 г) опускаем в кастрюлю с мясом, добавив к ним соль, перец и горячую воду (чтобы она хорошо покрывала набухший в воде рис). В середину рисовой массы погружаем целиком промытый прямо в кожуре чеснок.

Кастрюлю плотно закрываем крышкой и варим на слабом огне до готовности (примерно полчаса).

Плов с грибами изготавливается следующим образом. Промываем сухие белые грибы и замачиваем их на 2–3 часа, затем варим и откидываем на дуршлаг. Нарезаем соломкой и жарим в течение 15 минут на сковороде с растительным маслом. Отдельно жарим так же нарезанные соломкой лук и морковь, которые затем смешиваем с жареными грибами. Кладём сверху промытый рис и наливаем воды так, чтобы она покрывала рис. Солим и варим до готовности на медленном огне.

Завершая беседу о плове, подчеркнём: плов – это всегда беспроигрышный вариант на любом столе!

Полезные советы. Рис всегда мойте в горячей воде, так как в холодной воде он теряет питательные вещества.

Отваренный рис также не промывайте холодной водой.

Чтобы плов получился рассыпчатым, варите его минут 30 в кипящей солёной воде, а затем откиньте на дуршлаг и облейте холодной водой. Когда она стечёт, заправьте ваш рис растопленным сливочным маслом.

Глава седьмая
Сплошь мясная

Без обеда не красна и беседа.

Пословица

Как известно, мясо бывает разным – бараньим, говяжьим, куриным и даже цыплячьим. Есть в доме мясо – нет проблем, нет в доме мяса – есть проблемы. В мирное, невоенное и неголодное время хорошая хозяйка, конечно же, всегда выкрутится и накормит семью и гостей, обходясь без мяса день, два, три… Ну, и всё! На четвёртый день семья скажет: «Хочу мяса!». А если не семья, то ваш организм, привыкший к содержащимся в этом самом мясе белкам и аминокислотам, жирам и углеводам, фосфору и калию, натрию и железу – всего и не перечесть!

Одни из нас любят баранину, другие – телятину, третьи предпочитают мясо курицы, а четвёртые – вообще вегетарианцы и пусть лучше сразу перевернут эти страницы. В Дагестане, правда, вегетарианцев надо искать днём и с огнём.…

Сколько на земле людей, столько и отношений с мясом, будь оно тушёное, жареное или отварное, цельное или рубленое, отбитое или молотое. Для дагестанцев главное – чтобы оно было натуральным, потому как соевое мясо – это не про нас!

Поговорим о блюдах из баранины, о которой врачи-диетологи очень хорошо отзываются, уверяя нас, что, в отличие от распространённого мнения, холестерин в баранине содержится в наименьшей степени.

Начнём **с отварной. Баранину** (0,5 кг) нужно промыть, опустить в кипящую кастрюлю и варить на среднем огне до полуготовности, время от времени снимая образовавшуюся пенку. Очистить от кожуры репчатый лук (2 головки), слегка подрумянить его на сковороде и положить затем в кастрюлю с мясом, добавив сюда также соль, перец и лавровый лист. Варить всё до готовности, после чего выложить в блюдо и разрезать порционно на куски. Подавать с варёным картофелем и овощами. При подаче украсить мелко нарубленной зеленью.

Для приготовления **баранины с картофелем** необходимо хорошенько промыть мясо (0,5 кг) холодной водой и, разрубив его на средней величины куски, поместить в плоскую кастрюлю вместе с нарезанным кольцами репчатым луком (3 головки), предварительно разогрев в ней топлёное или сливочное масло (50 г). Мясо обжарить, затем, добавив к нему соль, перец и лавровый лист, залить горячей водой (так, чтобы оно было покрыто). Варить в закрытом виде на слабом огне.

Картофель (10–12 шт.) очистить от кожуры и промыть, затем, нарезав на половинки, присоединить к мясу (примерно через час после начала варки) и варить до готовности.

Подавать в глубоком блюде, посыпав сверху измельченной зеленью укропа и киндзы.

Чтобы приготовить **баранину с помидорами,** надо, предварительно промыв мясо (0,5 кг), разрезать его на среднего размера куски, поместить в кастрюлю и тушить в собственном соку на слабом огне до полуготовности. Затем, добавив соль, перец, лавровый лист, топлёное масло (50 г) и крупно порубленный репчатый лук (2 головки), тушить в течение 15 минут, после чего положить в кастрюлю нарезанные крупными дольками помидоры и довести до готовности.

Подавать в глубокой посуде, посыпав сверху измельченной зеленью киндзы.

Очень вкусна и **баранина с морковью.** Тщательно промытое филе баранины разрубить на среднего размера куски и уложить ровным слоем на дно большой плоской кастрюли. Посолить, поперчить и сверху положить равномерным слоем нарезанный крупными кольцами репчатый лук, поверх которого таким же слоем выложить толсто нарезанные кружки моркови. Затем повторить всё в том же порядке.

Тушить на очень медленном огне в течение 3-х часов. При подаче посыпать крупно нарезанной зеленью укропа и киндзы.

Баранина по-дагестански готовится так. Филе молодого барашка (0,5 кг) промыть, посолить и обжарить со всех сторон до румяности.

В процессе жарки мясо не прокалывать, иначе из него вытечет сок, и оно станет жёстким. Затем, добавив к мясу соль, перец,

тмин и томатную пасту (1 ст.л.), плотно закрыть крышку и тушить на слабом огне.

В сковороде отдельно поджарить нарезанный кольцами репчатый лук (2 головки), морковь (2 шт.) и муку (2 ст.л.) и, добавив их к мясу, тушить на медленном огне в течение часа, залив всё небольшим количеством бульона или кипяченой воды.

Подавать с жареным картофелем или варёным рисом, а также помидорами.

Готовя **тушёную баранину с шампиньонами,** мы сначала промываем холодной водой мясо (0,5 кг) и подрумяниваем его в сковороде с топлёным маслом до золотистого оттенка вместе с нарезанным полукольцами репчатым луком (2 головки). Затем, посолив и поперчив, перекладываем мясо в кастрюлю и тушим в закрытом виде и на слабом огне до готовности.

Шампиньоны (300 г), промыв, измельчаем и заливаем лимонным соком (4 ст.л.).

Когда мясо готово, добавляем к нему шампиньоны, перемешиваем и тушим ещё некоторое время, после чего заправляем его сметаной (200 г).

Посыпаем зеленью киндзы и подаём с картофелем и помидорами.

Можно потушить и **баранину с орехами,** для чего, промыв мясо (0,5 кг) в холодной воде, нарезаем его на небольшие кусочки и слегка обжариваем в масле. Затем так же обжариваем мелко нашинкованный репчатый лук (3 головки), смешиваем его с мясом и, добавив соль, перец, чеснок (5–6 зубчиков) и растолченный грецкий орех (150 г), заливаем небольшим количеством бульона и тушим в течение часа на очень медленном огне.

Когда блюдо готово, заправляем его лимонным соком (1 ст.л.) и посыпаем измельчённой зеленью киндзы.

Очень вкусна, питательна и изысканна **баранина с черносливом**. Промываем баранью мякоть (500 г) и разделываем её на небольшие куски, которые тушим в глубокой кастрюле в собственном соку, пока не размягчится. Солим-перчим, добавляем лавровый лист и снова тушим, чуть подлив бульон или воду.

Отдельно жарим до получения золотистого оттенка нашинкованный тонкими кольцами репчатый лук (2 головки) и, убавив огонь, на 10 минут присоединяем к нему чернослив (200 г).

Смешиваем с мясом. Подаём с гарниром из отварного риса или жареного картофеля.

Проста в изготовлении и очень вкусна **жареная баранина с картофелем,** где филе молодого ягнёнка (0,5 кг), промыв, нарезаем небольшими ломтиками, солим и перчим по вкусу и жарим в большой сковороде на топлёном или растительном масле до полуготовности, после чего присоединяем к нашему мясу нашинкованный полукольцами репчатый лук (2 луковицы) и крупно нарезанный картофель (0,5 кг). Жарим всё это на открытом огне, а затем, убавив огонь, закрываем крышкой и тушим до готовности. При желании можем добавить помидоры или томатную пасту.

Подаём, щедро посыпав измельченной зеленью киндзы и укропа.

Баранина с фасолью готовится так. Фасоль (500 г) перебрать, хорошо промыть и, залив её с вечера холодной водой, оставить до следующего дня. Утром отварить её в той же воде на среднем огне до мягкости (при этом фасоль должна остаться цельной!).

Репчатый лук (2 луковицы) мелко порубить и обжарить со сливочным маслом, добавить к нему нарезанную кусочками мякоть баранины (500 г), посолить, поперчить и хорошенько прожарить вместе с луком, после чего переложить в кастрюлю, залить кипятком (на 2 см) и тушить в закрытом виде до мягкости.

Когда баранина будет готова, добавить к ней процеженную фасоль и потушить некоторое время вместе.

А вот **гуляш из баранины.** Необходимо промыть баранье мясо (0,5 кг) и нарезать его небольшими кусочками, которые обжарить затем в глубокой сковороде на топлёном или растительном масле, посолив и поперчив по вкусу. Мелко нашинкованные репчатый лук (2 головки) и морковь (2 шт.) добавить к обжаренному мясу и довести до золотистого оттенка, после чего присоединить к ним томатную пасту (2 ст.л.) и измельчённый чеснок (2 зубчика). Залить всё это бульоном или кипятком и тушить до готовности.

При подаче посыпать рубленой зеленью киндзы. Подавать с гарниром из отварного риса, картофеля или гречки.

А как вкусна **баранья ножка, запечённая в духовке!** Баранью ножку (желательно заднюю!) хорошенько промыть холодной водой, посолить, поперчить и положить на противень, после чего, сделав на поверхности мяса ряд надрезов,

нашпиговать их зубчиками чеснока и нарезанными ломтиками моркови. Запекать в духовке на среднем огне до готовности, время от времени переворачивая ножку и сбрызгивая её небольшим количеством воды.

Подавать целиком, по ходу трапезы отрезая от неё приглянувшиеся куски.

Отбивные котлеты желательно нарезать из бараньей корейки, после чего отбить специальным молотком и, посолив-поперчив, опустить в кляр из яиц и муки. Обжаривать на топлёном или растительном масле. Подавать с гарниром из варёного риса или картофеля, хорошо в виде пюре.

Для приготовления всеми обожаемого **люля-кебаба** перемолоть предварительно очищенное и промытое баранье мясо (0,5 кг), репчатый лук (3 головки) и немного курдючного жира, добавить в фарш соль и перец и ненадолго поставить на холод.

Затем слепить из фарша продолговатой формы «люляшки» и обжаривать их со всех сторон в сковороде с растительным маслом. Готовые кебабы заправить уксусом и посыпать нарезанным тонкими кольцами репчатым луком и измельченной зеленью.

Справедливости ради надо заметить, что фарш для «люляшек», как, впрочем, и для всего другого, получится вкуснее, если будет состоять из баранины с добавлением говядины в равных пропорциях.

Также очень вкусен и популярен **фаршированный перец.** Для его приготовления нужно пропустить через мясорубку очищенную баранью мякоть (1 кг) и добавить к нему мелко нашинкованный и обжаренный на растительном масле репчатый лук (3 головки), а также перебранный и хорошо промытый рис (150 г). Заправить всё солью и перцем, добавив по вкусу измельчённую мяту и тмин. Всё тщательно размешать.

Болгарский перец (10 шт.) освободить от сердцевины, промыть, посолить изнутри, отрезать заострённую нижнюю часть и обдать кипятком, после чего заполнить фаршем и обжарить со всех сторон на топлёном или растительном масле. Затем уложить стоя в кастрюле так, чтобы один подпирал другого, и, залив кипятком, тушить на медленном огне в закрытом виде до готовности.

Подавать со сметано-чесночным или кефирно-чесночным соусом.

И, наконец, **шашлык из баранины**! Молодую баранину (1 кг) нарезать средней величины кусками, добавить крупно шинкованный репчатый лук (4 головки), посолить, поперчить, посыпать зеленью и положить на несколько часов в холодное место. Затем очищенное от лука и зелени мясо нанизать на шампуры и жарить в течение нескольких минут на горячих углях, после чего, как советует знаменитый дагестанский кулинар Ахмед Иллаев, нужно снять шашлык с огня, полить его хорошим коньяком и вновь поставить на угли до образования корочки.

Подавать на шампурах, полив уксусом и посыпав тонко нарезанными кольцами лука.

> Полезный совет: никогда не втыкайте во время жарки вилку в мясо, потому что через сделанные вилкой отверстия вытечет сок, мясо станет сухим, утратив питательные и вкусовые свойства.

Теперь перейдём к **блюдам из говядины или телятины**.

Самое лёгкое – её отварить (и, кстати, самое полезное!). Но и отварная говядина должна получиться вкусной, а потому основное значение здесь приобретают как само мясо, так и заправка бульона различными специями. Самый вкусный бульон получается из корейки, лопаточной части и мякоти задней ноги, которые мы, промыв холодной водой, варим на медленном огне, время от времени снимая образовавшуюся пенку, затем заправляем солью, перцем и лавровым листом. После этого добавляем в бульон нарезанную кружочками морковь, очищенную головку репчатого лука (целиком), корень петрушки и – при желании – пару мелко нарезанных зубчиков чеснока.

Убедившись, что мясо хорошо проварено, снимаем его с огня и, разрезав на куски, подаём в горячем виде вместе с любым из гарниров, посыпав сверху зеленью киндзы, укропа или петрушки.

Наша азиатская половина предпочитает хороший кусок просто отварного либо хорошо прожаренного мяса, в то время как половина европейская тянется к изысканным бифштексам и ромштексам, лангетам и антрекотам, ну, и прочим шницелям и биточкам!

Очень популярны у нас **отбивные из говядины**. Для их приготовления берём филе говяжьей вырезки и нарезаем одинаковой толщины куски, которые со всем усердием отбиваем с обеих сторон специально созданным для этого дела отбивочным молотком и затем заправляем с обеих же сторон солью и перцем. Запомните: чем лучше отбито мясо, тем оно получится вкуснее и удобнее для приёма внутрь!

Далее по отдельности обмакиваем отбивные в предварительно взбитые яйца, после чего обваливаем их в муке. Некоторые повторяют эту процедуру дважды.

Обжариваем с обеих сторон в топлёном или растительном масле на среднем огне, чтобы мясо хорошо прожарилось.

Подаём с гарниром из жареного или вареного картофеля, многие предпочитают картофельное пюре.

Бифштекс из говядины делается примерно так же, только без участия яиц и муки. Нарезаем порционные куски толщиной примерно в 15 мм и отбиваем их молотком, солим, перчим и жарим на топлёном или растительном масле на среднем огне до получения поджаренной корочки.

Подаём на плоском блюде, полив сверху растопленным сливочным маслом или соком от мяса. Гарниром к бифштексу могут служить овощи и картофель в любом виде (за исключением сырого!).

Для приготовления **антрекота** отрезаем от говяжьего филе большой кусок мяса, отбиваем его молоточком, солим, перчим и поджариваем в топлёном или растительном масле до образования корочки. Степень прожаренности изделия можно проверить путём его протыкания с помощью палочки для канапе.

Поливаем собственным соком и подаём с гарниром из жареного картофеля, овощей, грибов или фасоли.

Жаркое из говядины готовится очень просто. Промытое мясо (0,5 кг) надо нарезать на небольшие ломтики и обжарить в кастрюле с плоским дном. Отдельно на сковороде обжариваются нашинкованный кольцами репчатый лук (2 головки) и нарезанная колечками морковь (2 шт.), которые затем присоединяются к мясу вместе со специями (соль, перец, лавровый лист, тмин). Всё тушится на слабом огне до готовности и подаётся с гарниром из картофеля. Поверх присыпается измельчённой зеленью.

Проста в изготовлении и вкусна **тушёная говядина с овощами.** Мясо (0,5 кг) промываем под холодной водой и нарезаем небольшими брусками, которые обжариваем при частом помешивании на топлёном или растительном масле.

Отдельно друг от друга обжариваются нашинкованные ломтиками картофель (300 г), репчатый лук (1 головка), баклажаны (150 г) и помидоры (3 шт.).

Всё смешивается, солится, перчится и тушится на слабом огне до полной готовности, после чего щедро посыпается зеленью и подаётся с гарниром из овощей, отварного риса или картофеля.

Мясо под майонезом готовим следующим образом. Мясо очистить от сухожилий и плёнок, нарезать пластами, отбить, посолить, поперчить и слегка обжарить. На дно противня положить немного топлёного или сливочного масла, выложить послойно мясо, нашинкованный кольцами репчатый лук, майонез и – самым последним слоем – тёртый сыр. Поставить в духовку и выпекать до готовности.

При лимите времени можно приготовить **лагман**, который так и называется **«Быстрый»**. Для этого нарезанный полукольцами репчатый лук (2 головки) слегка обжариваем в сковороде с растительным или топлёным маслом, после чего добавляем к нему нарезанное мелкими кубиками говяжье филе (0,5 кг) и немного воды. Всё солим, перчим и тушим на несильном огне в течение 25 минут.

Затем всё перекладываем в кастрюлю, добавив сюда измельчённый картофель (3–4 шт.), томатную пасту (2 ст.л.), и тушим ещё минут 15 до готовности, после чего добавляем к нашему лагману измельчённый чеснок (2 зубчика) и зелень киндзы и укропа.

Дагестанцы, особенно старшее поколение, любят историю и имеют представление о том, кто такой был граф Строганов. Довольно популярно у нас и блюдо под названием **бефстроганов**,

которое мы готовим так. Говяжье филе (0, 5 кг) нарезаем поперёк волокон широкими пластами толщиной примерно в 1 см, слегка отбиваем и снова затем нарезаем удлинёнными полосками длиною в 4–5 см. Пересыпав мясные полоски солью, перцем и мукой, выкладываем их на сковороду и обжариваем в растительном или топлёном масле на сильном огне до зарумянивания.

Затем перекладываем мясо в кастрюлю с толстым дном и, добавив к нему нарезанный полукольцами репчатый лук (2 головки), заливаем небольшим количеством бульона и тушим на слабом огне в течение 10 минут, не доводя до кипения. После этого добавляем сметану (100 г) и доводим до готовности.

Подаём с гарниром из жареного картофеля, посыпав измельчённой зеленью укропа и петрушки.

Если в семье есть маленькие дети и пожилые родители, то в доме нередки и **биточки**. Для этого пропускаем через мясоруб ку говяжью мякоть (500 г) вместе с внутренним говяжьим жиром (100 г), солим, перчим, добавляем немного кипячёной воды или молока и хорошенько всё перемешиваем.

Из фарша делаем округленной формы биточки, которые без всякой панировки жарим с обеих сторон на топленом или растительном масле до готовности.

Отдельно обжариваем нашин кованный тонкими кольцами репчатый лук (2 головки) и нарезанные дольками помидоры. Добавляем сюда соль, перец, лавровый лист, немного кипячёной

воды или бульона и слегка тушим, после чего заливаем биточки этим соусом и сверху посыпаем измельченной зеленью киндзы и/или укропа.

Подаём с гарниром из жареного или отварного картофеля, а ещё лучше пюре.

Беседа о следующей разновидности мяса невольно напомнила мне забавную историю о том, как некие иностранцы из числа европейцев, занимавшиеся научными изысканиями в области русского языка, заявили, что самым мелодичным словом из русского языка, звучащим приятно для иностранного уха, является слово «телятина».

Дагестанцы весьма любят **телятину**, особенно молодую, и блюда из неё готовят как по вышеприведенным рецептам, так и в самостоятельной ипостаси, как, например, **телятина, тушенная в сметанном соусе**. Для её приготовления мякоть телятины (0,5 кг) нарезать на пласты и слегка отбить их специальным молотком, после чего посолить, поперчить, обвалять в муке и обжарить с обеих сторон в топлёном или растительном масле до получения золотистого оттенка.

Затем, добавив к мясу сметану (130 г) и немного кипячёной воды, тушить в закрытом виде на слабом огне до готовности. При подаче на стол залить собственным соком и посыпать измельченной киндзой.

Хорошо идёт и **телятина с овощами в горшочках.** Здесь мы нарезаем порционно мясо (желательно лопаточную часть), солим, перчим, обваливаем в муке и жарим на топлёном или растительном масле.

Далее шинкуем репчатый лук, нарезаем кубиками картофель и морковь и слегка обжариваем всё по отдельности, после чего выкладываем послойно в специальные горшочки, добавляем лавровый лист, нарезанные ломтиками помидоры, измельчённую зелень петрушки или киндзы, заливаем небольшим количеством воды или бульона и тушим в духовке до готовности.

Подаём в горячем виде прямо в горшочках.

Ну, о **жареной телятине** нечего и говорить! Её (телятину) надо просто поджарить на топлёном масле и съесть вместе с гарниром из картофеля и овощей.

Когда мы шутим, что курица – не птица, то имеем в виду её неспособность летать. И это правда, как правда и то, что курица – это мясо, причём любимое всеми. Только представьте себе, что курица умела бы летать, уж тогда она точно была бы для людей вожделенным деликатесом – а так вполне доступна каждому из нас!

Когда-то, впрочем, домашняя птица, равно как и дичь, не

играла значительной роли в рационе горцев исключительно по причине неразвитости в горах птицеводства. Так, в начале XIX века Ф.И.Гене в «Сведениях о горном Дагестане» сообщал, что «… в верхнем Дагестане домашней птицы, исключая кур, никакой нет… В бытность мою в Кази-Кумухе случилось мне видеть только двух гусей, которых для редкости держат, уток же и индюков вовсе не видно…»

Уток мы и по сей день не очень-то жалуем, а вот курица нынче вполне доступна, и всеми любима, и так вкусна в любом приготовленном виде, что мы, привыкшие к ней, не задумываемся ни о чём, а просто едим, и всё.

Отварная курица да ещё с бульоном полезна до такой степени, что это не станет отрицать даже самый привередливый доктор. Другое дело – её кожура, в которой содержится много холестерина и которую современные «неэкономные хозяйки» просто выбрасывают. Опалённую или очищенную от кожи, помещаем курицу в кастрюлю и варим на среднем огне до полуготовности, снимая время от времени образовавшуюся пенку. Затем добавляем в кастрюлю соль, перец, лавровый лист, немного тмина, головку репчатого лука (целиком), нарезанную кружочками морковь и варим до готовности. Пикантность нашему бульону придаст измельченный зубчик чеснока.

Готовую курицу подаём на стол в разделанном виде, посыпав измельчённой зеленью укропа. Бульон подаётся в отдельной пиале.

С **жареной курицей** всё понятно, потому что это всегда беспроигрышный вариант, особенно когда она подаётся с жареной картошкой и каким-нибудь салатом! Здесь вкусы дагестанцев абсолютно солидарны с мировыми вкусами.

Но есть у нас не менее вкусное блюдо, где фигурирует **курица, тушенная с картофелем**. Для его приготовления хорошо промытую и разделанную тушку курицы, посолив и поперчив, обжариваем в глубокой сковороде, а затем послойно присоединяем к ней нарезанный полукольцами репчатый лук, нарезанный крупными дольками картофель и нарезанные вкруговую помидоры. Всё снова посыпаем небольшим коли чеством соли, перца и тмина, добавив к массе измельченный чеснок, затем накрываем сковороду крышкой и тушим до готовности.

Подавать на стол, щедро посыпав измельчённой зеленью укропа и киндзы.

А вот **курица, жаренная в сметане.** Подготовленную куриную тушку разрубаем вдоль на две части, посыпаем солью, перцем и обжариваем на сильном огне до образования хрустящей

корочки.

Шампиньоны (500 г), предварительно замочив, варим, нарезаем, обжариваем в растительном масле и добавляем к курице вместе с пассерованным полукольцами репчатым луком (2 головки) и сметаной (250 г). Всё солим, перчим и тушим до готовности.

Подаём, посыпав измельчённым укропом, с гарниром из отварного риса или жареного картофеля.

Курица с грибами. Подготовленную тушку курицы рубим на четыре части и укладываем в горшочек, на дно которого кладём сливочное масло. Затем добавляем сюда мелко нашинкованные и бланшированные морковь (300 г), петрушку (1 пучок) и шампиньоны (500 г). На среднем огне тушим в закрытой посуде на плите в течение 30 минут, после чего посыпаем зеленью петрушки, перемешиваем и продолжаем тушить ещё минут 20–25.

При подаче посыпаем зеленью. Для приготовления **курицы в лимонном соусе** необходимо спинку обработанной курицы посолить, поперчить и обмазать горчицей, после чего обжарить её на сковороде в разогретом сливочном масле. Затем, добавив сюда нарубленную лимонную кожуру, продолжать тушить до готовности. Когда курица будет готова, добавить к ней разболтанную в сметане муку, довести до кипения и приправить лимонным соком.

Подавать, посыпав зеленью киндзы и укропа.

Курица по-кавказски готовится следующим образом. Наполняем кастрюлю водой до половины, кипятим эту воду, а затем кладём туда курицу и варим её почти (!) до готовности, после чего вынимаем курицу, перекладываем её на тарелку и солим.

В другой кастрюле делаем на масле поджарку из мелко нашинкованного репчатого лука.

Курицу разрезаем на кусочки, посыпаем её жгучим красным перцем и, выложив в кастрюлю с луком, слегка обжариваем. Затем заливаем её несколькими ложками бульона и ставим на медленный огонь. В кастрюлю добавляем жидкую сметану (250 г) и размешиваем, после чего оставляем на огне ещё 7-10 минут.

Ну что можно сказать о **рыбе**? Только то, что она необычайно полезна – и об этом знают все. Кажется, что в рыбе целиком представлена таблица Менделеева, а возможно, ещё и дополнительные, доселе неизвестные нам вещества! Учёные говорят, что рыба сохраняет свои полезные свойства в любом виде, будь она сырая, жареная, копчёная или в виде консервов.

Тем не менее есть люди, а среди них и дагестанцы, которые рыбу не любят и не признают. На наш взгляд, это происходит, во-первых, от того, что им неохота её чистить, а во-вторых, они просто не умеют её готовить! А между тем рыбные блюда, умело приготовленные, так вкусны, что просто пальчики оближешь.

Взять хотя бы **отварную рыбу.** Нет ничего легче, чем её приготовить, а удовольствие вы получите огромное. Варить можно рыбу любой породы.

Итак, помещаем рыбу в кастрю лю и варим на слабом огне до полной готовности, снимая время от времени пенку. При варке добавляем в кастрюлю соль, перец, лавровый лист, целиком очищенную головку лука и крупно нарезанные кружки моркови. Важно не переварить рыбу, иначе она получится безвкусной!

Подаём в нарезанном виде, сбрызнув винным уксусом или лимонным соком и положив сверху нарезанный кольцами репчатый лук и измельчённую зелень киндзы, укропа или петрушки.

Для приготовления **жареной рыбы** предварительно её очищаем, моем и потрошим, затем нарезаем на среднего размера куски, солим, перчим, обваливаем в муке и обжариваем с обеих сторон в глубокой сковороде в растительном масле либо во фритюре до образования золотистой корочки.

Подаём с жареным или отварным картофелем.

Осетрина по-дагестански готовится следующим образом. Хорошо промытую осетрину (1 кг) нарезаем на средней величины куски, солим, перчим и выкладываем на противень. Нашинкованный толстыми кольцами репчатый лук (3 головки) обжариваем в растительном масле до золотистого оттенка, сюда же добавляем мелко нарезанные помидоры (3–4 шт.), измельчённый чеснок (4–5 зубчиков) и муку (1 ст.л. с верхом), всё тушим и присоединяем к рыбе. Сверху посыпаем зеленью киндзы и запекаем в духовке до готовности.

Хорош и **судак по– дагестански.** Филе судака (0,5 кг) целиком солим, перчим, обваливаем в муке и жарим на раскалённом растительном масле. Затем обкладываем рыбу нашинкованным тонкими кольцами репчатым луком (2 головки) и предварительно сваренным и нарезанным кружочками картофелем (0,5 кг), заливаем сметаной (250 г) и тушим в закрытом виде в духовке в течение 10–12 минут.

Очень вкусна **рыба, тушённая с овощами.** Разделать филе любой рыбы (500 г) и, нарезав на небольшие куски, варить 10–15 минут, добавив соль, перец и лавровый лист.

Полезные советы:

– рыбу мойте только в холодной воде;

– рыбу удобно чистить обыкновенной тёркой под несильной струёй воды;

– чем меньше при варке рыбы вы наливаете воды, тем вкуснее она получится;

– рыбу лучше варить целиком;

– если вы собираетесь жарить или тушить рыбу, посолите и поперчите её в сыром виде.

Далее кладём в кастрюлю или в керамический горшок нарезанный крупными дольками картофель (4–5 шт.) и, залив его рыбным бульоном так, чтобы последний его покрывал, варим до полуготовности.

Затем, присоединив к нему рыбу, а также крупно нашинкованные и обжаренные репчатый лук (2 головки) и морковь (2 шт.), заливаем всё сметаной (2 ст.л.) и посыпаем сверху тёртым сыром (1 ст.л.). Тушим в духовке до готовности (30 мин.).

Для блюда под названием **«Рыбная фантазия»** берём свежую осетрину или сёмгу, нарезаем её на небольшие плоские ломтики, солим, перчим и выкладываем на противень. Каждый ломтик покрываем сверху тонко нарезанной пластинкой голландского сыра и однородным слоем майонеза. Выпекаем до готовности на

среднем огне, после чего на каждый ломтик равномерно накладываем красную икру.

Жареная печень будет сочнее, если её предварительно в течение 2–3 часов выдержать в молоке. Следите, чтобы она не пережарилась. Лишние 1–2 минуты сделают печёнку жёсткой и невкусной.

Говоря о рыбе, никак нельзя обойти вниманием любимый всеми **шашлык из осетрины.** Ошпаренную и промытую рыбу (1 кг) нарезаем брусочками, которые смешиваем с нарезанным крупными кольцами репчатым луком (3 головки) и крупно нашинкованной зеленью (2 пучка), затем всё солим, перчим и на несколько часов кладём в холодное место. После этого очищаем рыбьи бруски от лука и зелени, нанизываем на шампуры, слегка смазываем сметаной – и жарим до готовности на раскалённых углях.

При подаче поливаем уксусом и посыпаем нашинкованным зелёным луком и зеленью.

Говяжья печень жареная одинаково вкусна, полезна и популярна. Для её приготовления нарежьте хорошо промытую и очищенную печень (0,5 кг) тонкими пластами и отбейте их с двух сторон, затем, посолив и поперчив, обжарьте в растительном масле и уложите в плоскую сковороду или жаровницу.

Отдельно обжарьте нарезанные кольцами репчатый лук (2 головки) и помидоры (2–3 шт.), которые затем равномерно выложите слоями поверх отбитых пластин печени. Залейте всё это сметаной (3 ст.л.) и потушите в течение 2–3 минут.

Глава восьмая
Кукурузная

«Кукуруза – чемпион Советского Союза!»

Шутливый лозунг из нашего детства

Все мы, как грамотные люди, осведомлены о полезных свойствах кукурузы. Она известна человечеству ещё со времён древности, а уж своего апогея кукурузная тема достигла (по крайней мере, в нашей стране!) в период правления Никиты Хрущёва, видевшего в ней панацею буквально от всего и вознамерившегося с её помощью построить в нашей стране коммунизм. В коммунизм горцы как-то не очень верили, но кукурузу, признаться, уважали и ценили, особенно в виде муки.

Ну, во-первых, из кукурузной муки пекли хлеб. Во-вторых, что

не менее важно, из неё делали хинкал. Далее – всевозможные лепёшки, чуду, оладьи и каши. Наряду с этим, не избалованные сладким, горцы готовили из кукурузы халву и другие лакомства.

Вот уж воистину, кукурузная мука и полезна, и вкусна!

Так что у нас есть все основания кукурузу почитать и культивировать!

О **хинкале из кукурузной муки – халпаме (халтаме)** – мы уже поведали вам в первой, «хинкальной», главе. Напомним вкратце, что просеянную кукурузную муку нужно положить горкой на доску, сделать в ней углубление, посолить и замесить на кипятке крутое тесто, а затем от этого горячего теста отщипывать кусочки и, придав им круглую или овальную форму, варить в мясном бульоне. Подавать с чесночной приправой отдельно от мяса и бульона.

Теперь поделимся с вами секретом изготовления **мучари**, то есть **кукурузных лепёшек.** Отведаете – не пожалеете!

В сущности, секрет очень прост. В соотношении 3:1 берём кукурузную муку, просеиваем её, выкладываем горкой, делаем в ней углубление и добавляем крутой кипяток. Солим и мешаем до однородной массы, из которой делаем небольшие круглые лепёшки. Смачиваем их обильно водой и выпекаем в духовке в течение 15 минут. Подаём с овечьим сыром и молоком.

Кроме лепёшек, из кукурузы можно испечь и **хлеб**. Для этого нужно обдать кукурузную муку (500 г) подсоленным кипятком и, смешав с пшеничной мукой (100 г), замесить тесто. Затем обжариваем бараний курдюк (250 г) с мелко нарезанным луком (2 головки), смешиваем с топлёным маслом (200 г) и добавляем в тесто. Из теста раскатываем круглые лепёшки толщиной в 3–4 см и выпекаем их в духовке.

Есть у нас и **чуреки** из кукурузной муки. Для их

приготовления нужно просеять кукурузную муку мелкого помола (750 г), выложить её в форме конуса и, сделав в ней углубление и посолив, влить горячую воду или сыворотку (2,5 стакана). Замесить тесто и оставить в накрытом виде на несколько часов. Затем выложить тесто на сковороду с разогретым маслом и мокрой ладонью выровнять его поверхность. Подавать в горячем виде.

Чтобы приготовить **кукурузные лепёшки**, необходимо замесить пресное тесто из кукурузной муки (300 г) на тёплой воде с добавлением небольшого количества пищевой соды, затем сделать из теста лепёшки и, опустив их в кипящую воду, варить в течение получаса.

Кукурузные лепёшки можно и обжарить на сковороде в сильно разогретом растительном масле.

Мамалыга, или каша из кукурузной муки, очень простая в приготовлении, в то же время необыкновенно полезна, вкусна и питательна. В кипящую подсоленную воду (1,2 л) всыпаем просеянную кукурузную муку грубого помола (400 г) и, непрерывно помешивая деревянной ложкой, доводим до готовности. Разложив готовую кашу по тарелкам, делаем в каждой из них углубление и вливаем туда разогретое топлёное масло с толокном либо тёплое молоко, к которому можно добавить и растолчённый с солью чеснок. С мамалыгой хорошо идут овечий сыр либо натёртая брынза.

Для приготовления **оладий** из кукурузной муки необходимо кукурузную муку (300 г) замесить с кефиром (250 г), вбить туда яйца (1–2 шт.) и добавить в эту смесь мелко нашинкованный и поджаренный на топлёном масле репчатый лук (1 головка). Посолить и жарить на растительном масле. Подавать со сметаной.

Рекомендуем также очень вкусные **блины** из кукурузы. Для их приготовления заливаем кукурузную муку (20 г) горячим молоком (100 г) и закрываем посуду крышкой, чтобы масса остыла. Добавляем затем пшеничную муку (40 г) и вливаем оставшуюся часть (20 г) тёплого молока с уже разведёнными в нём загодя дрожжами (3–4 г).

Добавляем в тесто взбитое яйцо, солим, перемешиваем и, подержав с полчаса, выпекаем на разогретой сковороде.

Есть в нашей кухне и **биточки из кукурузы**. Здесь нужно вначале отварить кукурузную крупу или муку (100 г) в кипящей воде (150 г) и, добавив к ней яйцо (1 шт.), сформировать из полученной массы круглые или овальные биточки, которые затем обжарить, предварительно обваляв их в панировочных сухарях.

Подавать со сметаной или джемом.

В современной дагестанской кухне кукуруза с её яркими, нарядными и в то же время очень полезными зёрнышками занимает немаловажное место. Она используется, главным образом, во всевозможных холодных закусках. Об этом мы обязательно расскажем в соответствующей главе.

Глава девятая
Готовим кашу

«Если у тебя есть деньги, ты ешь по-дагестански.

Если у тебя их нет, то ты ешь только по-дагестански».

Шутка

Наверное, ничто так не роднит дагестанцев с русским народом, как любовь к кашам! Конечно, мы не станем утверждать, что манная каша – это наше собственное ноу-хау, но вообще каша как таковая издавна распространена среди народов Дагестана.

Кашу горцы готовили главным образом из пшеничной крупы, крупно помолотой в ручной мельнице, а в кипящую воду для своеобразного аромата бросали кусочек сушёного мяса. Затем всыпалась крупа, которая варилась на медленном огне до готовности. Горские каши обыкновенно заливались подливой из

кислого молока с толчёным чесноком.

> Специально для женщин-рожениц в горном Дагестане готовили курч, о котором мы вам рассказывали в «оригинальной» главе. Эта же каша, напомним, сопровождала и свадебный обряд.

Сегодня дагестанцы, храня привязанность к традиционным кашам, наравне с ними увлекаются и другими её видами: из гречки, из риса, из перловой крупы, употребляя их уже без чеснока или сушёного мяса, но с обилием масла и сметаны.

Вот, к примеру, любимая **каша из пшеничной крупы**. Для её приготовления берём крупную пшеницу (2 стакана), перебираем её, мелем на ручной мельнице и просеем через сито. Кашу готовим из крупно смолотых частичек пшеничного зерна, для чего в кипящую подсоленную воду всыпаем нашу крупу и варим на медленном огне до готовности. Подаём со сливочным маслом или с урбечом.

А вот **каша из муки кукурузной**. В кипящую подсоленную воду всыпаем просеянную кукурузную муку (1 кг) и, постоянно помешивая деревянной ложкой, варим до готовности. Готовую кашу раскладываем по тарелкам и, сделав в центре углубление, вливаем туда урбеч либо разогретое вместе с толокном (25 г) топлёное масло (100 г).

Другой рецепт предлагает засыпать в кипящую подсоленную воду кукурузную муку или крупу (60 г) и, постоянно помешивая, довести до кипения. Затем, убавив огонь, довести до готовности и в самом конце варки положить сахар (10 г) и соль (по вкусу). Подать с молоком.

Для приготовления **каши с чабрецом и рисом** всыпаем в кипящую воду сушёный молотый чабрец (1 ложку), добавляем туда тщательно перебранный и промытый рис (1 стакан) и соль по вкусу. Когда рис сварен, добавляем пшеничную муку (300 г) и при постоянном помешивании доводим до готовности на очень медленном огне. Готовую кашу раскладываем по тарелкам и, сделав посередине углубление, вливаем в него урбеч.

Рисовая каша с фасолью готовится так. Предварительно перебрав и промыв фасоль (1 стакан), варим её до полуготовности, а затем добавляем в неё перебранный и тщательно промытый рис (2 стакана). Доводим до готовности, добавляем топлёное или сливочное масло, снимаем с огня и, укутав, ставим на 1–1,5 часа в тёплое место для упаривания.

Есть в дагестанской кухне очень полезная и питательная **каша с тыквой**. Берём небольшую тыкву и нарезаем её небольшими кусочками. Баранье мясо (400 г) нарезаем кусками

по 30–35 г каждый. Очищенный репчатый лук (4 головки) нарезаем кольцами. Всё это укладываем послойно в кастрюлю: вначале баранину, затем фасоль (2 стакана), тыкву, лук. Солим, перчим, заливаем водой (1 стакан). На медленном огне доводим до готовности.

Каша из полбы необыкновенно вкусна. Нарезаем мелко лук (1–2 головки) и слегка обжариваем его в кастрюле на топлёном масле, затем всыпаем в кастрюлю очищенную и промытую полбу (2 стакана) и заливаем водой (4 стакана). Периодически помешивая, доводим до кипения, солим, убавляем огонь и варим до готовности. Подаём с кислым молоком, сметаной или томатно-чесночной подливой.

Гречневую кашу мы готовим как традиционным способом, посредством варки, так и в виде плова, где рис заменяется гречкой. Для этого нарезаем мелкими кусочками баранье или говяжье мясо (400 г), помещаем его в глубокую кастрюлю, где обжариваем в топлёном или растительном масле вместе с мелко нарезанным репчатым луком (1–2 головки) и нашинкованной морковью (3–4 шт.). Заправляем солью, перцем, лавровым листом и затем всыпаем в кастрюлю перебранную и промытую гречку (2 стакана). Убавляем огонь и тушим в закрытой кастрюле до готовности.

О **мамалыге** мы уже поведали вам в «кукурузной» главе. Напомним вкратце лишь то, что в кипящую подсоленную воду (1,2 л) надо всыпать просеянную кукурузную муку грубого помола (400 г) и, непрерывно помешивая деревянной ложкой, довести до готовности. Разложив готовую кашу по тарелкам, сделать в каждой из них углубление и влить туда разогретое топлёное масло с толокном либо тёплое молоко, к которому можно добавить и растолчённый с солью чеснок. Есть с овечьим сыром или брынзой.

Издавна в горах Дагестана принято было готовить **кашу из ячменной, кукурузной и пшеничной крупы** грубого помола, которая изготавливалась на ручных жерновах. Из этой крупы горянки готовили густую кашу, в которую добавлялось затем молоко.

У лакцев, как уже отмечалось, весьма популярна была **каша «дахъни»**, где в горячее молоко клали небольшое количество творога, и всё это замешивалось пшеничной или кукурузной мукой, в результате чего получалась густая каша, которую горцы ели с маслом или урбечом.

Глава десятая
Салатная

Входи, прохожий, отворяй ворота,
Я не спрошу, откуда, чей ты, кто ты.

Р.Гамзатов

Давайте условимся, что отсчёт современной дагестанской кухни мы начнём не раньше, чем с первой четверти XX века, а всё, что до этого, – традиционное! Многое из того, что можно увидеть на дагестанских столах сегодня, – из разряда «ультрасовременных», то бишь «постперестроечных», и об этом мы тоже поговорим.

К современной кухне в первую очередь можно отнести салаты, к которым дагестанцы пристрастились лишь где-то в конце двадцатых годов прошлого века. Полагаю, что сначала мы

научились разрезать помидоры и огурцы на мелкие дольки, чтобы было удобнее их есть, а потом поняли, что когда их не только солишь-перчишь и смешиваешь с репчатым луком, а ещё и поливаешь чем-то вроде сметанного соуса, то это уже нечто принципиально иное, чем просто помидоры и огурцы! Так и пошло!

На сегодняшний день количество разновидностей салатов на дагестанских столах если не превышает, то уж точно соответствует мировым стандартам.

> Информация к сведению: Чем хороши салаты – они питательны, пикантны, вкусны, витаминизированы и никогда не дадут вам умереть с голоду!

Наверное, потому, что Дагестан расположен на стыке Европы и Азии, дагестанские салаты и вобрали в себя лучшие элементы материковой кухни. Судите сами. Знаменитый и всеми обожаемый салат «Оливье», который вместе с небольшими изменениями вроде добавления в него колбасы, приобрёл название «Московский», у нас необычайно популярен, носит название «Махачкала» и подаётся на стол не только на Новый год, но и без всякого на то специального повода, предполагая – при желании хозяйки – наличие таких компонентов, как отварное говяжье или куриное мясо, нарезанная кубиками вареная морковь, перепелиные яйца, кукуруза, не говоря уже о разного рода специях и добавках.

То же самое и с винегретом, где к традиционным компонентам мы можем добавить ту же кукурузу, заменить фасоль зелёным горошком, растительное масло – майонезом и так далее. Салат из свежих помидоров и огурцов, наряду с мелко нарубленным зелёным луком, предусматривает обязательную заправку растительным маслом пополам со столовым уксусом или лимонным соком либо майонезом.

Вред вашему желудку они нанесут исключительно в одном случае – если несвежи.

Но и здесь присутствует один важный момент: вкусно приготовленный салат долго не залежится!

У каждой дагестанской хозяйки в запасе имеется собственный, фирменный, салат, секретом приготовления которого она с удовольствием с вами поделится… ну, разве утаив какую-нибудь крошечную деталь!

Вспомним сначала салаты простые. Вот салат **из зелёного, или болгарского, перца**. Промытый и очищенный от семян перец (500 г) нарезаем крупной соломкой и смешиваем с нарезанным кольцами репчатым луком (100 г). Затем добавляем

листья зелёного салата (50 г) и измельченную зелень укропа и петрушки. Солим, перчим и заправляем майонезом и сметаной. Всё перемешиваем и подаём на стол, украсив сверху нарезанными кольцами помидорами и репчатым луком, а также веточками зелени укропа или петрушки.

Салат приобретёт ещё более аппетитный и нарядный вид, если будет приготовлен из болгарского перца всех трёх цветов: зелёного, красного и жёлтого.

Вот салат **«Пикантный»**, для приготовления которого болгарский перец (2 шт.) натирается на мелкой тёрке и к нему добавляются в натёртом же виде сыр типа «Пармезан» (100 г), белый несолёный сыр (100 г) и растолчённый чеснок (2–3 зубчика). Получившаяся масса заливается сметаной и заправляется измельченной зеленью укропа и базилика.

Есть у нас салат **«Зимний»**, для приготовления которого варим картофель «в мундире» (300 г), затем его очищаем и нарезаем соломкой. Репчатый лук (1–2 головки) шинкуем и соединяем с квашеной капустой (500 г). Всё перемешиваем и заправляем растительным маслом.

Зимой можно сделать салат **из маринованных огурцов со свеклой**, для чего натираем на крупной тёрке отваренную свеклу (1 шт.) и добавляем к ней нарезанные кубиками маринованные

огурцы (4 шт.) и тонко нарезанный кольцами репчатый лук (1 головку).

Смешиваем овощи с тёртым корнем хрена (1 ст. л.) и заправляем соусом из кефира (1/2 стакана), сахара (1/2 ч.л.), горчицы (1/2 ч.л.) и соли с перцем (по вкусу). При подаче посыпаем рубленым зелёным луком.

Весной, когда организм особенно нуждается в свежих, а не парниковых овощах, весьма приветствуется **салат из редиса**. Промытый и тонко нарезанный полукружьями редис (500 г) смешать с мелко нарубленным зелёным луком (100–150 г) и заправить солью, перцем и сметаной. Всё хорошенько перемешать и подать на стол, украсив сверху мелко нарезанной зеленью укропа или киндзы.

В другом рецепте **салата из редиса** под названием **«Весенний»** предлагаем хорошо промытый и нарезанный тонкими ломтиками редис (2–3 пучка) смешать со сваренными вкрутую и мелко нарезанными яйцами (3 шт.), добавить свежие огурцы (2 шт.), молодой картофель (100 г), зелёный горошек (50 г), измельченную зелень киндзы и укропа, посолить и перемешать, заправив сметаной с уксусом и/или лимонным соком.

В салате **из редьки** хорошо промытую в холодной воде редьку очищаем, нарезаем тонкими ломтиками и заправляем солью и уксусом.

Можно ещё натереть редьку на крупной тёрке, добавить к ней

натёртую же сырую морковь и заправить сметаной или растительным маслом.

Капусту мы любим в любом виде, ну, а салат **из свежей капусты** – особенно. Промытую в холодной воде белокочанную капусту (500 г) шинкуем мелкой соломкой, солим, слегка разминаем руками и добавляем мелко нарезанные зелёный лук (1 пучок) и зелень укропа (1 пучок). Можно добавить в салат яблоки (300 г). Заправляем лимонной кислотой и растительным маслом и ставим на холод минут на 15. При желании можно заправить салат майонезом или салатной заправкой, куда входят сметана, майонез, расти тельное масло и специи.

Тот же **капустный салат** можно приготовить **с чесноком**. Для этого свежую белокочанную капусту (500 г), промыв холодной водой, шинкуем мелкой соломкой и перетираем с солью, затем добавляем в неё толчёный чеснок (3 зубчика) и зелень. Заправляем сметаной и хорошенько всё перемешиваем.

В салате **из капусты с зелёным горошком** используется как свежая, так и квашеная капуста, которые в нашинкованном виде смешиваются с зелёным горошком и зеленью киндзы и укропа. Добавляем туда измельчённый репчатый или зелёный лук и заправляем растительным маслом или майонезом. Если капуста свежая, то можно добавить в салат сваренные вкрутую и мелко

порубленные яйца (4–5 шт).

Популярный и очень простой в изготовлении салат **из капусты и огурцов** готовится путём шинкования свежей белокочанной капусты, куда добавляются очищенные и нарезанные полукружьями свежие огурцы, зелёный лук и укроп. Можно также добавить сюда зелёный горошек. Всё перемешивается и заправляется растительным маслом или майонезом пополам со сметаной.

> Полезный совет: нашинкуйте белокочанную капусту, немного её посолите, слегка потрите руками, уложите в кастрюлю и дайте ей постоять в холодном месте час или два.
>
> Непосредственно перед подачей добавьте сюда мелко нарезанные яблоки, сбрызните соком лимона или уксусом и заправьте сметаной.

Можно сделать салат **из квашеной капусты с тмином**, для чего квашеную капусту (500 г) промываем, добавляем в неё молотый тмин (6–7 г), мелко нарезанный репчатый лук и заправляем растительным маслом.

Для приготовления салата **из капусты и моркови** мелко шинкуем свежую белокочанную капусту (500–600 г) и смешиваем её с очищенной и мелко протёртой морковью (200 г). Солим и слегка разминаем массу руками. Добавляем мелко порубленную зелень укропа (50–60 г), заправляем сметаной пополам с майонезом и хорошенько всё размешиваем.

Некоторые предпочитают другие виды капусты, к примеру, краснокочанную, цветную либо кольраби, хотя бы просто для разнообразия.

Салаты **из краснокочанной капусты** изготавливаются точно по вышеприведенным технологиям, а вот с цветной капустой дело обстоит несколько иначе.

Для приготовления любого салата **из цветной капусты** её, в отличие от обычной белой, варят в кипящей подсоленной воде, за тем охлаждают и разделяют на мелкие корешки.

После того, как вы это сделали, можете к цветной капусте смело добавлять какие угодно овощи, начиная с моркови и редиса и кончая чесноком. Хорошо идут в салат из цветной капусты сваренные вкрутую яйца и брынза.

Что касается капусты **кольраби**, то можно, к примеру, к очищенным, промытым и крупно натёртым кольраби (250 г) и редьке (250 г) добавить мелко нашинкованный репчатый лук (1 шт.) и зелень укропа. Всё это посолить, поперчить, перемешать и заправить майонезом.

Для приготовления салата **из кольраби с морковью** кольраби (500 г) нужно очистить, промыть и тонко нарезать, после чего добавить туда очищенную, промытую и нашинкованную морковь (200

г) и измельченную зелень. Заправить сметаной.

Можно очищенную и промытую кольраби (300 г) натереть на крупной тёрке и добавить к ней нарезанный тонкими пластинками редис (100 г) и мелко нарезанный зелёный лук и укроп. Посолить, поперчить и перемешать. Заправить майонезом.

Из моркови можно приготовить ряд салатов. К примеру, традиционный и очень популярный у нас **морковный** салат предполагает добавление (желательно) к мелко натёртой моркови (600 г) очищенных и мелко порубленных грецких орехов (200 г) и растолченного чеснока (2–3 зубчика). Если морковь не сладкая, то добавляем немного сахарного песка. Заправляется такой салат майонезом и при подаче на стол украшается веточками зелени киндзы или укропа.

При изготовлении салата **из моркови и репы** очищенные и промытые в холодной воде морковь и репу натираем крупно на тёрке либо шинкуем тонкой соломкой. Солим и заправляем растительным маслом пополам с уксусом.

Очень полезен салат **из моркови и яблок**, где очищенные и промытые морковь (300 г) и яблоки (3–4 шт.) натираются на крупной тёрке и заправляются сахаром, солью, лимонным соком (10 г) и сметаной (100 г).

На праздничном столе хорошо смотрятся и не менее хорошо потребляются всевозможные салаты и закуски из яиц. Например, салат **из яиц с орехами** делается так. Сваренные вкрутую яйца (8 шт.) заливаем холодной водой, затем очищаем от скорлупы и разрезаем пополам. Яичные желтки протираем вместе с измельчённой зеленью укропа и толчеными грецкими орехами (100 г), солим и полученной массой заполняем каждую из половинок яичных белков. Выкладываем на тарелку, поливаем сметаной и украшаем веточками киндзы или укропа.

По такой же технологии готовим салат **из яиц с чесноком и зеленью**, где половинки яичного белка заполняются измельчённой зеленью укропа и киндзы с добавлением толчёного желтка и чеснока.

Вообще **фаршированные яйца** встречаются на дагестанских столах довольно часто. Фаршировать можно самой разной начинкой. К примеру, шпинатом или щавелем. Для этого последние (150 г) перебираются и тщательно промываются в холодной воде, затем их мелко нарезают вместе с очищенным зелёным луком (150 г). Всё это слегка поджаривается на растительном масле и смешивается с протёртым желтком яиц (8-10 шт.) и солится. Затем каждую из яичных половинок заполняют фаршем и соединяют, после чего укладывают всё на плоскую тарелку и поливают соусом из сметаны с майонезом. Поверх яйца украшают листьями зелени.

Можно приготовить **фаршированные яйца с зеленью укропа**, для чего сваренные вкрутую яйца (4 шт.) очищаем от скорлупы и разрезаем вдоль, вытащив желток, который выкладываем в отдельную посуду и хорошенько растираем. Солим и перчим по вкусу, затем добавляем к этой массе мелко нарезанный укроп (в количестве, равном количеству желтка). Всё тщательно перемешиваем и добавляем сметану или майонез (1–2 ст. л.).

Полученную массу с помощью ложечки накладываем в яичный белок так, чтобы получилась форма яйца, складываем в тарелку и заливаем подсоленной сметаной или майонезом.

А вот **яйца, фаршированные сыром**. Отвариваем вкрутую

яйца (6 шт.), из них 4 разрезаем продольно и освобождаем от желтка, который, выложив в отдельную посуду, растираем. Остальные 2 яйца мелко рубим и добавляем к желткам вместе с измельчённым чесноком (3–4 зубчика) и мелко натёртым голландским сыром (100–150 г).

Добавляем сметану или майонез (2 ст.л.) и, тщательно всё перемешав, начиняем полученной массой половинки яичных белков. Раскладываем на плоской тарелке и заливаем сметаной или майонезом.

Кстати, вместо всех этих фаршей можно заполнить белковые половинки просто красной или чёрной икрой. Вкусно и нарядно!

Для приготовления **свекольного, или бурачного,** салата нужно сварить свеклу (300 г) вместе с кожурой, после чего её охладить, очистить и натереть на крупной тёрке. Добавить в полученную массу измельчённые грецкие орехи (100 г), толчёный чеснок (3–4 зубчика), соль и сахар (если свекла несладкая) по вкусу. Всё это перемешать и заправить растительным маслом с небольшим количеством уксуса либо майонезом. Подавать, украсив сверху зёрнами граната.

Можно приготовить салат **из свеклы с хреном**, для чего необходимо сварить свеклу (300 г) вместе с кожурой, затем, охладив, очистить её и нарезать тонкими пластами. Вскипятить воду (две трети стакана) с уксусом (треть стакана) и добавить по вкусу сахар, соль и специи.

На крупной тёрке натереть хрен (1 корешок) и, выкладывая в стеклянную посуду слоями свеклу, пересыпать каждый её слой

хреном, после чего залить маринадом и положить на холод. Через два дня салат готов.

Готовим салат **из картофеля и свеклы**. Для этого, отварив и охладив картофель (500 г) и свеклу (250 г), нарезаем их кубиками, добавляем мелко нарезанную зелень укропа, солим и перчим по вкусу, перемешиваем и заправляем сметаной.

Необычайно популярным и любимым уже давно у нас стал салат **«Неженка»**. Для его приготовления отвариваем картофель (200 г), морковь (200 г), бурак (200 г). Очистив их от кожуры, натираем все по отдельности на тёрке, после чего укладываем слоями на плоское блюдо, слегка посолив каждый из слоёв и смазав его майонезом (внимание: нижний слой – картофельный, средний – морковный, а верхний – бурачный). Затем натираем на мелкой тёрке сваренные вкрутую яйца (2 шт.) и ими посыпаем сверху нашу «неженку». Украшаем зеленью киндзы и подаём в этом же блюде.

Примерно по этой же технологии (послойно) готовится и салат **«Шуба»**, но здесь, правда, ингредиентов больше. Мелко измельчённый репчатый лук равномерно распределяем по плоской тарелке и равномерно же поливаем небольшим количеством растительного масла для размягчения и пропитывания. Далее идёт слой предварительно отваренного и натёртого на крупной тёрке картофеля, который затем солится и обмазывается майонезом и на который накладывается слой квашеной капусты. Поверх нее, в свою очередь, также натирается и обмазывается майонезом слой отварной моркови. Завершается всё это слоем отваренного и натёртого бурака, который также

слегка солится и целиком обмазывается майонезом. Сверху салат украшается измельчённой зеленью укропа и киндзы.

В еврейской кухне есть подобное блюдо под названием **«Селёдка под шубой»**, где вместо солёной капусты выкладывается слой мелко нарезанной сельди. Тоже очень вкусно!

Дагестанская кухня предложит вам также салат **из картофеля и фасоли**, где отваренный «в мундире» картофель (0,5 кг) мы очищаем и нарезаем небольшими кубиками, затем добавляем в него отваренную фасоль (150 г) и мелко нарезанный зелёный лук (1 пучок). Солим, перчим по вкусу и заправляем салатной заправкой (5 ст.л.), состоящей, как мы помним, из сметаны, майонеза, растительного масла и специй.

Салат **из стручковой фасоли** изготавливается следующим образом. Чеснок (2 зубчика) обжариваем до золотистого цвета на растительном масле (1 ст.л.) и убираем его со сковороды. Помидоры «черри» (4–5 шт.) и репчатый лук (4 головки) разрезаем пополам и обжариваем на этом же масле, после чего перекладываем их в другую посуду. Добавляем в сковороду ещё масло (2 ст.л.) и обжариваем стручковую фасоль (0,5 кг) до готовности.

Смешиваем фасоль с помидорами и луком, заправляем лимонным соком (1 ст.л.) и посыпаем сушёной и молотой паприкой (1 ст.л.), солью и измельчённой зеленью петрушки.

Хорошо идёт **паштет из фасоли**. Для его приготовления предварительно размоченную в холодной воде фасоль (250 г) отвариваем, а затем обжариваем на сковороде до румяного оттенка, после чего пропускаем её через мясорубку и добавляем мелко нашинкованный репчатый лук (1 головку), соль, перец и сметану (1 ст.л.)

Сливочное масло (30 г) растапливаем до размягчения, присоединяем его к паштету и взбиваем ложкой до пышности. При подаче украшаем зеленью или солеными.

Наверняка вам придётся по вкусу салат **«Цада»,** названный так в честь знаменитого аварского аула. Очищенная фасоль (150 г) отваривается, затем процеживается и охлаждается. Картофель (500 г) очищается, отваривается и нарезается кубиками. Мясо говядины (250 г) отваривается и мелко нарезается. Далее небольшими кубиками нарезаются солёные огурцы (250 г) и репчатый лук (100 г), после чего все ингредиенты перемешиваются и заправляются сметаной, смешанной с толчёным чесноком.

У лакцев есть салат под названием **«Далгу», или «Зелёный»**, где свежая зелень крапивы, лебеды и мяты (600 г) мелко рубится

и слегка переминается вручную. Затем в массу добавляются сваренные вкрутую и мелко нарезанные яйца (4–5 шт.) и мелко нашинкованный зелёный лук (150 г). Всё это солится, перемешивается и заправляется сметаной.

А вот салат **«Тарки-Тау»** (название горы, у подножья которой расположен город Махачкала). Чёрствый пшеничный хлеб (200 г) натираем на мелкой тёрке и смешиваем со сваренными вкрутую и мелко нарезанными яйцами (3 шт.), мелко же нарезанными кресс-салатом (30 г) и зелёным луком (100 г). Посолив, хорошенько всё перемешиваем и заправляем майонезом или растительным маслом.

Салат **с орехами и шпинатом** делаем так. Нарезаем тонкими ломтиками козий сыр (80 г) и добавляем к нему предварительно вымытые, высушенные и нарезанные листья шпината (250 г).

Измельчённый фундук (2 ст. л.) обжариваем на сковороде с антипригарным покрытием и затем остужаем. Яйца (4 шт.) отвариваем в течение 5 минут, после чего осторожно их очищаем.

Горчицу (1 ст.л.) смешиваем с арахисовым маслом (4 ст.л.) и добавляем к шпинатно-ореховой массе вместе с маленькими сухариками (24 шт.), всё солим, перчим и раскладываем по тарелкам, положив в каждую по варёному яйцу.

Очень популярны у нас мясные салаты. Возьмём тот же салат **«Махачкала»**, где отварное говяжье филе (300 г) нарезаем маленькими кубиками и смешиваем со сваренным «в мундире», а затем очищенным и нарезанным кубиками картофелем (200 г). Далее нарезаем кубиками отварную морковь (150 г), сваренные круто яйца (3–4 шт.) и солёные огурцы (150 г). Добавляем сюда нашинкованный репчатый лук (50 г), баночный зелёный горошек (150 г) и зелень киндзы и укропа, всё солим, перчим, перемешиваем и заправляем майонезом.

Для приготовления салата **из мяса с картофелем** необходимо отварить целиком филе говядины или баранины (300 г) и затем, охладив, нарезать его маленькими ломтиками. Такими же небольшими ломтиками нарезаются сваренный «в мундире» картофель (5–6 шт.) и огурцы (3–4 шт.). Всё это солится и перчится, смешивается с измельчённой зеленью и заправляется майонезом и уксусом.

Насыщающе вкусен и салат **«Кази-Кумух»**, где говяжье филе (300 г) мы отвариваем и нарезаем маленькими ломтиками, затем добавляем к ним мелко порубленные грецкие орехи (100 г) и измельчённый чеснок (2–3 зубчика). Всё это солим, перчим и щедро смешиваем с зеленью киндзы и/или укропа. Заправляем сметано-майонезным соусом и едим на здоровье.

Кстати, в данном салате вместо говяжьего мяса можно

использовать отварное куриное. Получится не менее вкусно, а называться уже будет **куриным** салатом!

Коль скоро речь зашла о курице, вспомним здесь и салат **с домашней птицей**, где мы нарезаем небольшими ломтиками отварное мясо домашней птицы – курицы, индейки, гуся, цыплёнка (300 г) и добавляем в него нарезанные же ломтиками картофель (4–5 шт.) и солёные огурцы (150 г), а также измельчённую зелень укропа и петрушки. Солим по вкусу, перемешиваем и заправляем майонезом.

Можно приготовить салат **из говяжьего языка с овощами**. Отваренный говяжий язык нарезаем маленькими кубиками и добавляем к нему вареные и мелко нарезанные картофель (150 г), морковь (150 г) и свеклу (100 г), а также солёные огурцы (130 г) и баночный зелёный горошек (150 г). Солим, перчим, перемешиваем и заправляем майонезом. При подаче украшаем зеленью киндзы и/ или укропа.

Есть у нас и **рыбные салаты**. Например, такой. Очищенное и тщательно промытое в холодной воде филе рыбы – осетрины, белуги, судака, лососины (300 г) – отварить в кипящей подсоленной воде, затем охладить и мелко нарезать. Сваренный «в мундире» картофель (4–5 шт.) остудить, очистить от кожуры и также нарезать маленькими ломтиками. Добавить к этому нарезанные помидоры (2 шт.), огурцы (2 свежих и 1 солёный), зелень и соль, Заправить майонезом и уксусом.

Рыбу у нас любят, особенно осетрину и селёдку. И поэтому практически каждый дагестанец с удовольствием поест салат **из сельди с картофелем**, приготовленный следующим образом.

Берётся одна очищенная сельдь и нарезается кусочками. Сваренные по отдельности картофель (300 г) и бурак (150 г) нарезаются небольшими ломтиками и смешиваются с нашинкованной квашеной капустой (150 г). В сваренных вкрутую яйцах (2 шт.) белки отделяются от желтков и последние растираются с солью, горчицей (1 ч.л.) и растительным маслом (4–5 ст.л.) с добавлением уксуса (2 ст.л.), а измельченный белок добавляется в основную массу. Все вышеперечисленные ингредиенты смешиваются между собою плюс нашинкованный зелёный лук (1 пучок) и зелень укропа (1 пучок). Всё перекладывается в салатник, оттуда в вашу тарелку, и можно есть!

Говоря о салатах, мы никак не можем обойти вниманием всеми любимый и обожаемый **винегрет.** И пусть не Дагестан является его исторической родиной, всё же винегрет прочно занимает одно из лидирующих мест по объёмам своего употребления, а дагестанцы обязательно добавят в него что-нибудь своё!

> Полезные советы: салат украсьте теми продуктами, которые входят в его состав или подходят к нему по вкусу.
>
> Украшения с острым вкусом (хрен, репчатый лук, стручковый перец) расположите таким образом, чтобы их можно было легко отодвинуть, не испортив внешнего вида вашего салата.
>
> Ко всем без исключения салатам подойдут зелень киндзы, укропа, петрушки и зелёного лука.

Итак, винегрет. Отвариваем по отдельности фасоль (200 г), бурак (2 шт.) и картофель «в мундире» (5–6 шт.). Последние два, очистив от кожуры, нарезаем небольшими кубиками и смешиваем с мелко нашинкованным репчатым луком (1–2 головки) и солёными огурцами (4–5 шт.). Добавляем сюда нашинкованную квашеную капусту (200 г) и измельченную зелень киндзы, всё перемешиваем, солим, перчим, заправляем растительным маслом и ставим на холод. Внимание: вместо фасоли можно положить в винегрет баночный зелёный горошек. Некоторые кладут кукурузу.

Можно приготовить и **мясной винегрет**, для чего отвариваем говяжье мясо (300 г) и нарезаем его мелкими ломтиками, а затем добавляем нарезанные кубиками отварной картофель (5–6 шт.), мелко нашинкованный репчатый лук (2 головки) и солёные огурцы (3–4 шт.). Всё это солим, перчим и смешиваем с уксусом, майонезом и мелко нарезанной зеленью киндзы и укропа.

Рекомендуем вам очень вкусный и пикантный салат

«Сказка». Его ингредиенты, сваренные по отдельности, картофель (3–4 шт.), бурак (1–2 шт.) и морковь (3–4 шт.) натираются на крупной тёрке и смешиваются затем с мелко нашинкованными репчатым луком (1 головка) и квашеной капустой (150 г). Всё это солится, перчится и заправляется майонезом. При подаче украшается зеленью киндзы.

Очень популярен у нас в качестве холодной закуски **паштет из говяжьей печени**. Для его приготовления печень (1 кг) нужно промыть и, удалив белые прожилки, нарезать её брусочками и обжарить на сковороде с разогретым жиром или растительным маслом вместе с нашинкованным полукольцами репчатым луком (300

г). Охладить и пропустить через мясорубку. Посолить по вкусу и снова хорошенько обжарить. Добавить немного сливочного масла.

Готовый паштет выложить на тарелку и придать массе форму. При подаче украсить зеленью.

Можно приготовить и **печёночные котлетки**, для чего пропускаем в мясорубке куриную печень (1 кг), репчатый лук (3 головки), средней величины картофель (2 шт.) и хлеб (2 ломтика).

К полученному фаршу добавляем яйца (3 шт.), муку (1 стакан) и майонез (1 ст.л.), солим и перчим по вкусу и затем с помощью столовой ложки выкладываем порции в сковороду с растительным маслом. Обжариваем с обеих сторон на среднем огне.

Вот ещё **закуска из печени**. Подготовленную говяжью печень (0,5 кг) нарезаем тонкими пластами, слегка отбиваем и обжариваем с обеих сторон в растительном масле.

Морковь (2 шт.) и редьку (1 шт.) шинкуем соломкой, также мелко шинкуем зелёный лук (1 пучок).

Обжаренную печень смешиваем с овощами, добавляем к ним растёртый с перцем чеснок (2–3 зубчика) и заправляем майонезом и 3 %-ным уксусом (по 2 ст.л.). При подаче украшаем зеленью киндзы и петрушки.

Поговорим теперь о наших ультрасовременных салатах, охватывающих период примерно с начала 90-х годов XX века и по настоящее время.

К таковым относятся всевозможные салаты с добавлением ананасов, бананов, изюма, чернослива, маслин, оливок, креветок и многого-многого другого, что появилось у нас в стране вместе с окончательным падением пресловутого «железного занавеса», когда наша торговля в изобилии заиграла новыми заморскими красками, оттенками и нюансами.

Возьмём салат из хурмы **«Пикантный»**. Для его приготовления нужно взять твёрдую хурму (4 шт.) и, не снимая кожуры, вымыть её, осторожно удаляя черенки. Затем разрезать плоды на половинки, каждую из которых, в свою очередь, разрезать на тонкие кружочки.

Очищенный репчатый лук (1 головку) разрезать на тонкие по лукольца. Далее, разделив на 4 части одно крупное яблоко, снять с него кожуру и удалить семенную коробочку, после чего нарезать четвертинки тонкими ломтиками. Осторожно перемешать все компоненты.

Вымыть листья салата (1 шт.), тщательно стряхнуть воду и уложить в четыре предварительно подготовленные вазочки-салатницы. Выложить поверх листьев наш салат.

Смешав растительное масло (3 ст. л.) с лимонным соком (2 ст. л.) и добавив соль, душистый перец и щепотку сахара, сбрызнуть этим соусом салат и дать ему настояться минут пять, после чего подавать с тушёной говядиной, курицей или рыбой.

Вот салат **морковный с фруктами**. Сначала натираем на крупной тёрке морковь (4 шт.), затем добавляем к ней мелко натёртую цедру апельсина (1 шт.), чью мякоть делим на дольки и каждую из них разрезаем на 2–3 части. Банан (1 шт.) нарезаем ломтиками, а яблоко (1 шт.) – кубиками. При подаче смешиваем морковь с фруктами, добавляем мёд (2 ст.л.) и заправляем сметаной (1/2 стакана).

Для приготовления салата **из красной фасоли** с апельсином необходимо смешать консервированную красную фасоль (1 стакан) с очищенным и разобранным на дольки апельсином (1 шт.), затем добавить к ним нарезанные тонкими кольцами репчатый лук (1 головка) и очищенный от семян сладкий перец, зелёный и красный (по 1 шт.).

Смешать 3 %-ный уксус и сок лайма (по 1 ст.л.), а также мёд и оливковое масло (по 1 ч.л.) и заправить салат, посолив его и разложив на листья зелёного салата.

Салат **свекольный с рисом и черносливом** готовится следующим образом. Вареную свеклу (2 шт.) и распаренный чернослив без косточек (250 г) нарезать соломкой. Отварить и охладить рис (3 ст.л.). Не смешивая друг с другом, выложить в салатницу все ингредиенты по отдельности. Добавить соль и сахар по вкусу и заправить сметаной (1/2 стакана) и мелко нарезанным зелёным луком.

А вот **крабовы**й салат. Отварите рис (500 г) в кипящей подсоленной воде и откиньте его, чтобы стекла вода, затем остудите. Нарежьте крабовые палочки (2 упаковки), сваренные вкрутую яйца (4–5 шт.), свежие огурцы (5–6 шт.) и смешайте с

рисом. При подаче заправьте салат майонезом и украсьте зеленью.

Салат **из чернослива с чесноком** делается так. Чернослив (200 г) тщательно промывают, заливают холодной кипячёной водой (только до покрытия ягод!) и оставляют на 10–12 часов. Затем из ягод вынимают косточки, а сами ягоды выкладывают на чистую салфетку и дают им хорошенько обсохнуть.

Очищенные грецкие орехи (1/2 стакана) толкут вместе с чесноком (1,5–2 дольки) до получения однородной массы, затем добавляют соль и тщательно растирают. Постепенно вливают лимонный сок и растирают до получения однород ной белой массы, которой и фаршируются ягоды чернослива.

Майонез (2–3 ст.л.) смешивается с сахарным песком (по вкусу), и этой массой заливается салат. При подаче украсить измельчённой зеленью киндзы или петрушки.

Готовя **куриный салат с черносливом**, нарезаем соломкой, а затем перемешиваем между собой отваренную куриную грудинку (500 г), свежие огурцы (4–5 шт.) и чернослив (250 г). Далее смешиваем сметану и майонез (в соотношении 2:1) и разбавляем их небольшим количеством кипячёной воды.

Заправляем этим соусом нашу массу, после чего выкладываем её на блюдо и сверху посыпаем натёртым на мелкой тёрке вареным яйцом и – обильно! – измельчёнными грецкими орехами.

Следует признать, что ультрасовременных салатов у нас сегодня тьма-тьмущая, и каждая дагестанская хозяйка, если сильно постарается, легко докажет, что совершенству и в самом деле нет предела!

Поэтому, пожалуй, мы завершим заявленную в данной главе тему **бурачным салатом с гранатом и черносливом,** который делается так. Бурак (2 шт.) отваривается и нарезается кубиками. Чернослив (200 г) промывается в воде и нарезается тонкими ломтиками. Гранат (1 шт.) очищается от кожуры и присоединяется к бураку с черносливом.

Заправляется салат майонезом или растительным маслом. Сверху посыпается толчёными грецкими орехами и украшается зеленью киндзы или укропа.

Глава одиннадцатая

Эх, картошка, объеденье,
Пионеров идеал!
Тот не знает наслажденья,
Кто картошки не едал!

Из песни советских пионеров

Да уж, объеденье так объеденье! Пусть земля будет пухом тем путешественникам-авантюристам в хорошем смысле этого слова, которые несколько столетий тому назад завезли это чудо на наш континент, где картошка сначала попала в Европу, а уж потом началось её триумфальное шествие по всем другим городам и весям, включая царскую Россию, чей солдат завёз картошку в дагестанские горы, и там она пустила основательно свои корни во всех практически уголках нашего края.

И блюд из нее так много, что одно лишь их перечисление

может занять уйму времени. И потому мы ограничимся лишь некоторыми, наиболее вкусными и пользующимися популярностью в народе.

Начнём, пожалуй, с супов, где картошка присутствует всегда. Для картошки, кстати, годится любой бульон – мясной, куриный, рыбный и даже молочный.

> Воистину, картофель – это продукт, который не надоедает никогда (особенно в жареном виде!). Практически не встретить ни одного блюда, горячего или холодного, где картофель был бы неуместен. Он уместен всегда.

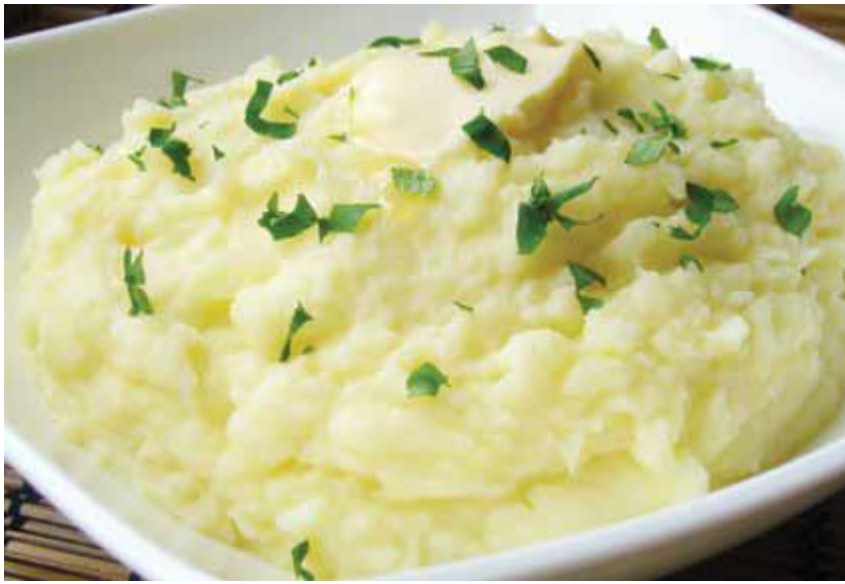
Вот и займёмся последним, который так и называется – **молочный суп с картофелем**. Для его приготовления промываем холодной водой рис (250 г) и засыпаем его в кастрюлю с кипящей водой. Варим до готовности, а затем добавляем мелко нашинкованный репчатый лук (1 головка) и нарезанный маленькими кубиками картофель (600 г). Солим и перчим по вкусу.

Далее вливаем в уже готовый суп молоко (2 л), доводим до кипения и выдерживаем в течение 5-10 минут, после чего заправляем сливочным маслом (1 ст.л.) и посыпаем ореховой травой (пажитником).

Кстати, вместо риса можно положить в суп ячменную крупу и готовить по той же технологии.

Очень вкусен и питателен **картофельный суп с бараниной**. Рубим баранину (500 г) на средней величины куски, заливаем водой и варим до полуготовности. Затем добавляем в бульон крупно нарезанный картофель (600 г) и доводим до кипения, после чего отправляем сюда мелко нарезанные помидоры (3 шт.), поджаренный на масле репчатый лук (1 головка), морковь (2 шт.) и муку (2 ст.л.). Заправляем по вкусу солью и перцем, добавляем лавровый лист и другие специи. При подаче заправляем сметаной.

А вот **картофельный суп с осетриной**. Свежую осетрину (500 г) промываем холодной водой, разрезаем на куски и варим на умеренном огне. Картофель (500 г) нарезаем брусочками и отправляем в кипящий бульон. Очищенный и нарезанный кольцами репчатый лук (2 головки) поджариваем в масле и также кладем в бульон вместе с лавровым листом и мелко нашинкованным зелёным луком (50 г). Солим, перчим по вкусу.



Подаём на стол, посыпав сверху мелко нарезанной зеленью киндзы и укропа.

Дагестанцы обожают **картофельный суп на сушёном мясе.** Готовится он очень просто. Тщательно промытое сушёное мясо (250 г) опускаем в кастрюлю с холодной водой и варим на умеренном огне до готовности. Готовое мясо вынимаем из кастрюли и отправляем в кипящий бульон перебранный и промытый рис (120 г), мелко нарезанный репчатый лук (1 головка) и нарезанный некрупными брусочками картофель (600 г). Добавляем соль, перец, лавровый лист и тмин.

На любом дагестанском столе, будь он праздничный или будничный, беспроигрышным вариантом станет **отварной картофель с сушёной домашней колбасой**. Последнюю (250 г) тщательно промываем холодной водой, разрубаем на средних размеров куски и варим на умеренном огне до полуготовности, после чего опускаем в кипящий бульон очищенный и разрезанный на крупные дольки картофель (600 г) вместе с мелко нашинкованным репчатым луком (1 головка) и варим до готовности, добавив перед окончанием варки соль, перец и тмин.

С домашней колбасой отлично идёт и **жареный картофель**. Сваренную до полуготовности колбасу (250 г) разрезаем на небольшие ломтики и поджариваем на топлёном или растительном масле вместе с нарезанным тонкими кружками картофелем (600 г). Когда всё поджарится, заливаем их взбитыми с молоком (40 г) яйцами (2 шт.) и заправляем по вкусу солью и тмином.

Очень вкусен **жареный картофель с тмином и яйцами**.

Очищенный картофель (1 кг) нарезать соломкой или кружочками и пожарить, регулярно помешивая, в сковороде с растительным или топлёным маслом (250 г). За 10 минут до окончания жарки добавить взбитые с молоком (40 г) яйца (2 шт.), соль по вкусу и тмин (5–6 г).

Жареный картофель с шампиньонами. Свежие грибы (300 г) промыть в холодной воде, порубить не очень мелко и поджарить в сковороде с растительным маслом. Репчатый лук (1 головка) нарезать тонкими полукольцами и пропассеровать.

Отдельно пожарить на растительном масле очищенный и нарезанный соломкой или кружочками картофель (500 г) и затем смешать его с грибами и луком. Посолить и поперчить по вкусу. При подаче посыпать зеленью укропа и киндзы. Подавать со свежими помидорами.

Картофельное пюре во всём мире готовится одинаково, и дагестанцы не стали здесь исключением. Ну, разве что добавят от себя какой-нибудь нюанс! Так, в горячий, отваренный в подсоленной воде картофель мы щедро добавим сливочное масло, нальём немного молока и непременно добавим тмина, или барбариса, или пажитника. Попробуйте!

Из этой же массы мы можем приготовить **картофельные котлеты**, добавив сюда яйца и, хорошенько затем перемешав и придав форму котлет, обваляем в панировочных сухарях и обжарим с обеих сторон.

При желании можно сделать и **картофельные котлеты с мясом,** для чего отварную говядину (350 г) пропускаем через мясорубку, поджариваем вместе с луком (2 головки) и соединяем с отваренным и также промолотым картофелем (500 г). Добавив в наш фарш соль, перец и тмин, всё тщательно перемешиваем и, придав массе форму котлет, обваливаем в панировочных сухарях и жарим. Котлеты подавать со сметаной.

Что же касается картофельных чуду, пирогов и пирожков, то рецепты их приготовления уже ждут вас в соответствующих главах.

Глава двенадцатая
Баклажанная

Гость стучится в двери тёмной ночью,
Если горец ты, блюди закон,
Хочешь этого или не хочешь,
Дверь открой, превозмогая сон.

Р. Гамзатов

Вероятно, оттого, что баклажаны в прежние времена в горах не водились, горцы, соответственно, их и не употребляли. Помните, как в фильме «Иван Васильевич меняет профессию» на царском столе в виде деликатеса присутствовала «икра заморская, баклажанная»? Так вот, в Дагестане картина была практически аналогичной, когда на фоне изобилия осетровой икры баклажанная являлась чуть ли не деликатесом!

Зато сейчас баклажаны у нас водятся в изобилии! Блюда из баклажанов, невероятно в Дагестане популярные, уже давным-

давно не только стали частью дагестанского стола, но и приобрели в наших условиях принципиально новые форму и содержание.

В любое время года и в любом дагестанском застолье мы не обходимся без баклажанов, не важно, свежие они или маринованные.

Начнём, а вернее, продолжим тему уже упомянутой выше **баклажанной икрой**. Для её приготовления очищаем от кожуры баклажаны покрупнее (1 кг), помещаем в миску с холодной подсоленной водой для удаления горечи и затем, отжав, шинкуем небольшими кубиками.

В глубокой сковороде обжариваем на растительном масле до золотистого оттенка нарезанный тонкими полукольцами репчатый лук (1–2 головки) и нашинкованную морковь (2 шт.). Затем присоединяем туда очищенный от семян и нарезанный соломкой болгарский перец (2 шт.), слегка обжариваем и, наконец, добавляем ко всей этой массе наши баклажаны. Постоянно перемешивая, жарим их на небольшом огне до полуготовности и добавляем затем нарезанные небольшими ломтиками помидоры (2–3 шт.). Тушим всё в течение 7–8 минут и убираем с огня. Солим, перчим, добавляем измельченный чеснок (3 зубчика) и щедро пересыпаем зеленью киндзы.

Необыкновенно вкусны и популярны **баклажанные роллы**. Баклажаны (1 кг) очищаются от кожуры и нарезаются по всей длине тонкими пластами, которые затем солятся и по отдельности обжариваются с обеих сторон до золотистого цвета.

Начинка готовится из измельченных грецких орехов (150 г), чеснока (1 головка) и зелени киндзы (1 пучок), которые необходимо хорошенько перемешать, добавив соль и перец, и равномерно распределить по всей длине обжаренных пластов, а затем свернуть последние в форму рулета и разложить одним слоем на тарелке, посыпав сверху зеленью.

Есть в нашей кухне **баклажанный салат**, который готовится следующим образом. Свежие баклажаны (1 кг) очищаются от кожуры и нарезаются тонкими полукружьями или дольками, которые помещаются на 10–15 минут в миску с холодной подсоленной водой для удаления горечи, после чего отжимаются и порционно обжариваются в растительном масле. После обжарки баклажаны выкладываются в глубокую посуду, к ним добавляются нашинкованные в свежем виде репчатый лук (2 головки), болгарский перец (4 шт.), чеснок (1 головка) и помидоры (4 шт.). Всё это солится, перчится, пересыпается щедрой порцией измельченной зелени киндзы и, наконец, заправляется уксусом.

Говоря о **закусках из баклажанов**, можно порекомендовать вам следующее. Баклажаны (1 кг) отварить и на 1 час положить под гнёт, после чего нарезать их ломтиками.

Сладкий перец (300 г) очистить от семян и нарезать соломкой. Уложить в миске послойно баклажаны и перец, обильно пересыпая каждый слой зеленью киндзы и измельчённым чесноком.

Растительное масло вскипятить вместе с уксусом и, не охлаждая, залить этим составом приготовленную закуску. Поставить в холодное место на 2 часа.

Вот **закуска из баклажанов с орехами**. Баклажаны (3 шт.) запечь и очистить в горячем виде от кожицы. Нарезать на маленькие ломтики и добавить к ним мелко порубленные грецкие орехи (250 г) и чеснок (3 зубчика), присоединить туда измельчённую зелень киндзы, укропа и петрушки, а также хмели-сунели (1 ч.л.) и молотый кориандр (1/2 ч.л.). Посолить, поперчить и заправить растительным маслом (2 ст.л.) и винным уксусом (1 ст.л.).

Можно приготовить и закуску из **баклажанов с чесноком**, для чего очищенные баклажаны (3 шт.) припускаем до полуготовности в небольшом количестве подсоленной воды и кладём затем под лёгкий пресс для удаления сока, после чего нарезаем по всей длине узкими полосками.

Мелко нарезанный чеснок (3 зубчика) смешиваем с красным молотым перцем (1/2 ч.л.), уксусом (125 г), измельчённой зеленью киндзы и петрушки и растительным маслом (1/2 стакана). Укладываем баклажаны в салатницу слоями, смазывая каждый слой приправой, и убираем в холодильник на сутки. Перед подачей добавляем нашинкованный репчатый лук (1 головка) и всё перемешиваем.

Есть ещё и такая, очень простая в изготовлении **закуска из «синеньких»**. Очищенные от кожуры баклажаны нарезаются

кружками и обжариваются на растительном масле с обеих сторон (солить прямо в сковороде!).

Затем выкладываем баклажаны в стеклянную или эмалированную ёмкость слоями, посыпая каждый слой мелко нарезанными чесноком и киндзой, после чего ставим на холод. В таком виде баклажаны могут храниться в холодильнике не меньше 3-х недель.

А вот **баклажаны «Пикантные»**. Баклажаны (1 кг) нарезаем кружочками, солим и обжариваем в растительном масле. Нарезаем мелко острый перец (1 шт.) и чеснок (2–3 зубчика) и обжариваем их в масле, а затем смешиваем с баклажанами и заливаем сметаной (200 г).

Даём постоять минут 10–15, затем заливаем состав кислым молоком (250 г) и всё перемешиваем. Оставляем ещё на 20 минут, добавляем измельчённую зелень киндзы (можно добавить рейхан). Едим – и облизываем пальчики!

Баклажаны в дагестанской кухне представлены также в виде горячих блюд. К примеру, **фаршированные баклажаны**. Баранью мякоть (1 кг) пропускаем через мясорубку вместе с репчатым луком (200 г), солим, перчим и обжариваем в растительном масле, непрерывно помешивая.

Баклажаны промываем холодной водой и тушим в течение нескольких минут на слабом огне, после чего, надрезав их посередине, удаляем изнутри мякоть и семена. Начиняем баклажаны фаршем и слегка обжариваем со всех сторон в топлёном или растительном масле, затем перекладываем в кастрюлю, заливаем бульоном и тушим в течение получаса. Подаём со сметано-чесночной или кефирно-чесночной подливой.

Рекомендуем вам и **тушёное мясо с баклажанами**. Говяжье или баранье филе (500 г), нарезанное небольшими кусочками, слегка отбиваем, солим, перчим и тушим в собственном соку до полуготовности, после чего добавляем растительное масло и – с небольшими перерывами – нарезанные кольцами репчатый лук (2 головки) и морковь (2 шт.). В последнюю очередь присоединяем к ним нарезанные кружочками баклажаны (2–3 шт.) и тушим всё вместе на медленном огне.

При подаче посыпаем рубленой зеленью.

Можно приготовить **баклажаны, запечённые с помидорами.** Для этого очищаем баклажаны от кожуры и нарезаем в длину на 4–5 ломтиков, солим, обваливаем в муке и жарим на растительном масле. Далее в глубокую сковороду или гусятницу наливаем растительное масло и выкладываем послойно один ряд баклажанов, затем очищенные от кожуры и нарезанные кружочками помидоры, и так 6–8 слоёв. Сверху

кладём тёртый чеснок и нарезанный кольцами сладкий (болгарский) перец. Всё посыпаем молотым перцем и тёртым сыром и запекаем в духовке в открытом виде.

Вот **баклажаны по-кавказски.** Очищенные баклажаны (1 кг) нарезать поперёк толстыми язычками, посолить и слегка обжарить с обеих сторон в сковороде с растительным маслом. Отложить в сторону.

Мясной фарш (1 кг) обжарить в растительном масле вместе с репчатым луком (2 головки), болгарским перцем (1–2 шт.) и помидорами (1–2 шт.), посолить, поперчить. Отложить в сторону. Сварить картофель и приготовить из него пюре. Выложить на противень слоями баклажаны, мясной фарш, снова баклажаны, пюре и, наконец, нарезанные кольцами помидоры.

В кастрюльку с молоком (250 г) добавить сливочное масло (50 г) и довести до кипения, а затем всыпать муку (2–3 ст.л.) и довести массу до состояния сливок.

Залить этим соусом весь состав и выпекать в духовке минут 20. Затем по поверхности распределить равномерным слоем натёртый сыр (брынзу) или можно голландский и посыпать сверху измельчённую зелень киндзы и укропа.

А вот вам рецепт вкусного и питательного **баклажанного соуса**. Корейку говядины нарезаем мелкими кусочками и варим в

кастрюле с небольшим количеством воды, после чего обжариваем тут же в растительном масле.

В процессе жарки присоединяем к мясу в порядке очерёдности нашинкованные тонкой соломкой репчатый лук (1 головка), болгарский перец (2 шт.), нарезанную небольшими кубиками морковь (1 шт.) и нарезанные так же кубиками баклажаны (4–5 шт.). Всё тушим в одной кастрюле с мясом, пока не подрумянятся овощи, затем добавляем мелко нарезанный картофель (4–5 шт.) и заливаем всё водой так, чтобы она не покрывала массу.

Солим, перчим и тушим до готовности картофеля, после чего добавляем нарезанные маленькими ломтиками свежие помидоры (2 шт.) и измельчённую зелень киндзы и укропа.

Рекомендуем вам и не менее вкусное и питательное **рагу из баклажанов**, для приготовления которого разрезаем маленькими кубиками картофель (3 шт.) и обжариваем его в сковороде с растительным маслом до появления золотистой корочки. Отправляем в сковороду по очереди: мелко нашинкованный болгарский перец (1 шт.), нарезанную кубиками морковь (1 шт.) и – чуть позже – нарезанные крупными дольками баклажаны (1 кг). Всё солим, перчим и обжариваем до готовности.

Минут за 5 до окончания жарки добавляем к овощной массе нарезанные свежие помидоры (1–2 шт.), измельчённый чеснок (1–2 зубчика) и сметану (3 ст.л.). Всё тушим на медленном огне до готовности, затем снимаем с огня и добавляем измельчённую зелень киндзы и укропа.

И, наконец, **шашлык с баклажанами.** Последние тщательно промываются и нарезаются ломтиками величиной примерно в 2 см. Отдельно нарезаются кольцами репчатый лук и помидоры.

Мякоть баранины нарезать небольшими ломтиками, посолить и поперчить, сбрызнуть уксусом или лимонным соком и, тщательно перемешав, поместить в эмалированную посуду. Затем, обложив мясо приготовленными баклажанами, луком и помидорами, накрыть крышкой и положить на несколько часов на холод, после чего, нанизав поочередно на шампуры мясо, лук, баклажаны и помидоры, зажарить на углях, переворачивая время от времени шампуры.

Очень вкусны **маринованные баклажаны.** Для их приготовления срезаем у баклажанов (1 кг) плодоножку, разрезаем овощи вдоль, посыпаем их солью и выдерживаем в течение 3–4 часов. Затем заливаем 10 %-ным рассолом, доводим до кипения и бланшируем 2–3 минуты. Бланшированные баклажаны откидываем на дуршлаг и сверху помещаем гнёт. Оставляем на 24 часа для удаления остатков воды.

Для фарша берём очищенный чеснок, петрушку, мяту, сельдерей, стручковый перец (всё по 100 г), мелко нарезаем, заливаем винным уксусом и оставляем также на 24 часа.

Баклажаны начиняем, складываем в банку, заливаем винным уксусом и выдерживаем до готовности.

Глава тринадцатая
Блинчики да пирожки!

The belly carries legs. – Желудок ноги носит.

Англ. пословица

Воистину сладок запретный плод – и здесь уже не до фигуры! Тем более если этот плод называется пирожком. Ну как, скажите, удержаться от аппетитного да румяного?! Ладно там, если начинка ливерная, говорят, не очень… можно не поесть… А если с картофелем? Или с куриным мясом? Тут уж никакая мода на худобу не удержит.

А блинчики? Которые с мясом и курицей, с творогом и голландским сыром, с овощами и сметаной, которые так и тают во рту?

Мы, дагестанцы, блинчики очень любим. Они сопровождают нас всю жизнь – с детских лет и до самой старости.

Ну, вот хотя бы такие, что называется, **блинчики наскоро**. Пшеничную муку (400 г) тщательно перемешать с яичными желтками (2 шт.) и сливочным маслом (50 г) и развести кислым молоком. Взбить белки и добавить тесто. Всё хорошенько перемешать и выпекать в небольшой сковороде с толстым дном.

А вот **блины кукурузные**. Вскипятив молоко (250 г), всыпаем в него, помешивая, кукурузную крупу (2/3 стакана) с добавлением сливочного масла (0,5 ст.л.). Варим кашу и остужаем её. Перед приготовлением блинов добавляем ещё кукурузную муку (3/4 ста кана), молоко (500 г) и воду (1/4 стакана). Взбиваем яичные желтки (2 шт.) и добавляем их в массу. Солим и жарим на маленькой сковороде.

Необыкновенно вкусны **блинчики «Нежные»**, приготовленные по следующему рецепту. Взбалтываем яйца (5 шт.) и добавляем к ним молоко (700 г), минеральную воду типа «Рычалсу» (1,5 стакана), кефир (1/2 чашки) и растительное масло (2 ст.л.). Всыпаем пшеничную муку, постоянно помешивая, чтобы не образовались комочки, и добавляем соль и сахар по вкусу. Масса должна получиться жидкой (многие, кстати, размешивают состав в миксере).

Выпекаем в сухой сковороде с обеих сторон. Складываем горкой на плоском блюде и с обеих же сторон смазываем сливочным маслом.

Фаршированные блинчики предусматривают использование любого фарша – от мясной начинки до баклажанной. Фарш накладываем на блинчик, подворачиваем последний с обеих сторон и скатываем в форме рулета.

Для приготовления **мясного фарша** пропускаем мякоть через мясорубку, добавляем лук и специи и, подливая воду, тушим в сковороде.

Мясо можно отварить и пропустить в мясорубке, затем обжарить в сковороде вместе с измельчённым луком.

Таким же способом изготавливается и **куриный фарш**.

Для **творожной начинки** хорошенько разминаем творог и добавляем к нему поджаренный репчатый лук, соль и щепотку ореховой травы.

Картофельную начинку готовим из отварного картофеля, размятого, как для пюре, с добавлением поджаренного до золотистого оттенка репчатого лука, соли, перца и зёрнышек барбариса.

Можно **начинить блинчики голландским сыром**, просто натерев его на крупной тёрке.

Для **баклажанной начинки** баклажаны нарезаем плоскими полукружьями и обжариваем в растительном масле вместе с мелко нашинкованными морковью и репчатым луком, всё солим, перчим и, добавив измельчённую зелень киндзы, начиняем наши блины.

А вот блюдо, у которого вначале не было никакого названия, но кто-то, попробовав его, зажмурился от удовольствия и сказал: «Ну просто тысяча и одна ночь!»… Таким вот образом оно и стало называться **«Тысяча и одна ночь»**.

Представьте себе, что к вам неожиданно пришли гости, а у вас из съестного нет ничего такого, чем можно было бы их

удивить и побаловать. Зато у вас есть в холодильнике некоторое количество мясного фарша, как говорится, ни туда и ни сюда. И вот тут мы быстренько готовим массу, как для обычных блинчиков, даже ещё проще: яйцо (1 шт.), молоко (250 г), вода обыкновенная (100–120 г) и соль (щепотка). Хорошенько взбалтываем и всыпаем пшеничную муку до загустения (внимание: комочки из теста не предусмотрены!).

Скатываем наш фарш в маленькие шарики, слегка их прессуем пальцами и окунаем в приготовленную массу. Столовой ложкой захватываем фарш вместе с массой и отправляем в сковороду с кипящим растительным маслом. Обжариваем с обеих сторон, и у нас получается… «Тысяча и одна ночь», которую мы подаём на стол в горячем виде вместе со сметанной подливкой! Попробуйте, не пожалеете!

Говоря о **пирожках**, признаем, что они стали настолько «интернациональным» кушаньем, что, кажется, были всегда, в том числе и у нас. Тесто для пирожков можно приготовить как на дрожжах, так и на кислом молоке или кефире.

Те хозяйки, для которых предпочтительнее **дрожжевое тесто**, растирают 50 г дрожжей с 4 ст.л. сахара, вливают туда же 1 стакан тёплого молока, размешивают, добавляют 1 яйцо и вновь размешивают до получения однородной массы.

Затем растирают 300 г сливочного масла или маргарина с мукой и, добавив в основную массу, замешивают мягкое тесто, по ходу добавляя муки, сколько возьмёт. Тесто должно постоять минут 30–40.

А вот **тесто на кислом молоке**. Простоквашу (0,5 л) смешайте с 1 ч.л. соды, добавьте соль, сливочное масло (40–50 г) и муку (сколько возьмёт). Замесите тесто.

Для приготовления **рассыпчатого теста** на сметане нужно замесить 3 стакана муки, 50 г масла, 200 г сметаны, 2 яйца и 1 ч.л. соли. Тесто должно получиться не очень крутым. Затем очень тонко раскатать его и, разрезав на кружочки, наполнить фаршем.

Начинка для пирожков самая разная: мясная, картофельная, капустная, творожная, рисовая, с яблоками, с вишней и т. д.

Очень вкусны **пирожки с зелёным луком**. Зелёный лук (300 г) шинкуем и слегка обжариваем с жиром, а затем смешиваем с отваренными и мелко нарезанными яйцами (5–6 шт.). Одно яйцо вводим в начинку сырым. Солим и начиняем наши пирожки.

Глава четырнадцатая
Сладкая

Кто не любит сладостей? Ау-у, есть таковые? Есть… Единицы… А любителей – подавляющее большинство. И дагестанцы – не исключение.

Более того, при виде изделий типа пирогов мы забываем обо

всех сердечно-сосудистых и желудочно-кишечных заболеваниях, не говоря уже о коварном диабете!

К традиционным дагестанским сладостям относится, в первую очередь, халва.

Халва как сладкое блюдо присутствует в кухне практически каждого дагестанского народа. Она бывает с орехами, с лапшой, из конопли, из кукурузы и просто мучной (дагест. бакъук).

Начнём с последней. **Мучная халва** готовится так. В глубокой кастрюле с толстым дном размещаем топлёное масло (170 г) и, непрерывно помешивая деревянной ложкой, доводим до кипения, постепенно добавляя в него пшеничную муку (0,5 кг) – до тех пор, пока масса не загустеет так, что мешать становится уже трудно и пока её цвет не станет жёлтым (жареным!).

По мере обжаривания масса будет всё больше размягчаться, и, когда она станет ощутимо жиже, необходимо добавить в неё ещё муки, пока она вновь не загустеет.

Непрерывно помешивая, доводим до готовности, которая определяется путём пробы: мука не должна чувствоваться на вкус. Именно тогда снимаем кастрюлю с огня и, всыпав сахарную пудру или сахар (300 г), тщательно всё перемешиваем.

Информация к сведению: халву готовят из орехов и меда. Подают к чаю. Готовят в основном на праздники.

Раскладываем в горячем виде по десертным тарелкам, сверху сравняв до однородного слоя, после чего проводим ножом, рисуя на халве узоры в виде ромбов или квадратов.

Для приготовления **ореховой халвы** нужно очищенные грецкие орехи (500 г) обжарить на сухой сковороде, а затем, растирая пальцами, очистить от шелухи. Далее поджарить мёд (250 г). Степень его готовности проверяется путём смешивания капли мёда с холодной водой: если капля густеет, значит, мёд готов.

Поджаренный мёд смешать с орехами (нетолчёными!) и, выложив в горячем виде в смазанную маслом посуду, оставить до полного пропитывания.

Халва ореховая с лапшой готовится следующим образом. Замешиваем тесто из пшеничной муки (250 г), яиц (2 шт.), сахара (30 г) и сливочного масла (50 г). Раскатываем его тонким пластом и нарезаем лапшу, которую, в свою очередь, обжариваем во фритюре.

Грецкие орехи поджариваем, очищаем вручную от шелухи и смешиваем с лапшой.

Затем поджариваем мёд (250 г) и проверяем степень его готовности путём смешивания капли мёда с холодной водой (если капля густеет, значит, мёд готов).

> Полезный совет: при замешивании теста молоко следует вливать в муку тонкой струйкой и понемногу, чтобы не образовались комочки.

Поджаренный мёд смешиваем с орехами и лапшой и, выложив в горячем виде в смазанную маслом посуду, оставляем до полного пропитывания.

Халва ореховая с коноплёй. Здесь грецкие орехи (500 г) обжариваем и очищаем и то же самое делаем с зёрнами конопли, очищая их от шелухи и растирая вручную.

Мёд (250 г) провариваем на медленном огне и в горячем виде смешиваем с орехами и конопляными зёрнами до получения однородной массы.

Точно так же изготавливается и халва из конопли.

Для приготовления **халвы из кукурузы** необходимо перебрать и очистить от шелухи кукурузные зёрна (500 г), после чего залить их водой и оставить на ночь. Затем варить зёрна в той же воде до тех пор, пока они не побелеют.

Мёд (200 г) проварить на медленном огне, после чего снять с огня и добавить к нему кукурузные зёрна, размешав массу до однородности. Выложить на тарелку и дать пропитаться.

А вот наш **натюгъ**. Круто замесив тесто на пшеничной муке (200 г), яйце (1 шт.), топлёном масле (250 г), сахаре (1 ч.л.), соде (0,5 ч.л.) и соли, тонко его раскатываем и нарезаем в форме квадратиков или соломки. Опускаем их в кипящее масло минут на 15, после чего вытаскиваем из масла и смешиваем с очищенными грецкими орехами (250 г) и прокипячённым мёдом (250 г).

Выкладываем в тарелку в горячем виде и придаём нашему сладкому блюду любую форму. Подаём к чаю.

Полезный совет: случается, что заквашенное тесто уже достаточно подошло, а у вас нет времени заняться пирогами прямо сейчас.

Прикройте его хорошо смоченной бумагой, предварительно стряхнув её от воды́.

Кстати, чай в горах появился лишь во 2-й половине XIX века и был вначале доступен лишь представителям знати. К чаю тогда относились весьма бережливо, заваривали экономно, и оттого он имел довольно бледный вид.

Из напитков горцы употребляли в праздники «сладкую воду», а в будни – отвары из самых разнообразных лекарственных и просто душистых трав: чабреца, мяты, зверобоя, шиповника, душицы и т. д. Чабрецом, мятой, зверобоем и душицей, кстати, обыкновенно приправлялась и широко употребляемая в горах яичница.

С приходом в Дагестан Советской власти пища горцев значительно пополнилась новыми блюдами, заимствованными как у других народов Кавказа, так и у русских. Чай, как и сахар, стал более доступен и гораздо чаще употребляем.

Неважно, любим мы сладкое или нет, но у каждой уважающей себя дагестанской хозяйки на праздничном столе издавна возвышался какой-нибудь шедевр в виде пирога или торта. Ну, а сегодня сдоба неизменно присутствует не только на праздничных, но и на будничных дагестанских столах, благо, с переходом на «свободный рынок» у нас появилось неисчислимое количество всяких кондитерских, где можно купить любую из «домашних выпечек».

Торты, конечно, мы в целом любим, но к традиционной дагестанской кухне они отношения практически не имеют, и, хотя тортов у нас сейчас превеликое множество, вести о них речь мы здесь не станем. Иное дело – пироги, которые появились на наших столах с незапамятных времён.

Как и все цивилизованные люди, мы печём пироги из теста песочного, бисквитного, слоёного и дрожжевого.

Песочное тесто готовится так. Тщательно взбиваем 200 г сахарного песка, 300 г сливочного масла и 2 яйца. Добавляем немного соли и погашенной в уксусе соды. Далее всыпаем 500 г муки и быстро размешиваем тесто, из которого раскатываем коржи. Выпекаем коржи в течение 10–15 минут при температура 200–250^0 С. Во избежание вздутий коржи надрезаем в нескольких местах ножом.

Бисквитное тесто изготавливается путём взбивания 6–7 яиц и 1 стакана сахарного песка так, чтобы первичная масса увеличилась втрое. Затем всыпаем, быстро перемешивая, 1 стакан муки. Готовое тесто выкладываем в форму, смазанную жиром, а дно её застилаем пергаментной или промасленной бумагой. Выпекаем при температуре 200–220 град. После выпечки оставляем бисквит в форме часа на два, чтобы он остыл, а затем выкладываем его на доску и разрезаем на пласты.

Слоёное тесто: 1,5 стакана муки смешиваем с 250 г сливочного масла и ставим минут на 20 на холод. За это время замешиваем тесто из 1,5 стаканов муки и 1 стакана воды плюс соль и лимонная кислота на кончике ножа. Тесто раскатываем и выкладываем на него по центру тесто из холодильника. Края раскатанного теста складываем в форме конверта и защипываем, после чего тесто вновь раскатываем, сворачиваем в конверт и отправляем в холодильник. Эту процедуру проделываем трижды.

Коржи тонко раскатываем и выпекаем в горячей духовке.

Весьма почитаемы у нас изделия из дрожжевого, или, как мы его называем, «венского» теста. Основными компонентами его являются мука, молоко или вода, дрожжи и соль, куда нередко добавляются сливочное или растительное масло, яйца и сахар.

Дрожжевое тесто делаем так. В кастрюлю или большую миску вливаем подогретое молоко (300 г) и дрожжи (20 г), разведённые в небольшом количестве молока, добавляем сахарный песок (2 ст.л.), яйца (2 шт.) и соль (1 ч.л.). Всё размешиваем и, всыпав просеянную пшеничную муку (800 г), замешиваем тесто. Затем добавляем растопленный маргарин или сливочное масло (1 ст.л.) и месим до тех пор, пока тесто не станет отлипать от рук. Слегка посыпав его мукой, ставим в тёплое место.

Внимание: пока тесто «бродит», надо дважды помять его руками!

Часа через 2–2,5 готовое тесто разделать.

Готовое изделие смазать сверху яйцом и выпекать в духовке.

«Венское» тесто одинаково подходит для пирогов, рулетов и пирожков и готовится так. Смешиваем вместе 0,5 л молока, 6 яиц, 1 пачку маргарина или сливочного масла (чуть подогретого), 1,5

стакана сахарного песка, щепотку соли, ½ палочки дрожжей, разведённых в тёплом молоке, и, наконец, 2 ст.л. растительного масла.

Оставляем на ночь. Затем пшеничной мукой замешиваем тесто (сколько возьмёт) и оставляем в тёплом месте на 1,5–2 часа, чтобы оно подошло.

Итак, принимаемся за пироги! Вот, к примеру, **пирог «Дагестанский»**. Пять яичных желтков тщательно растираем с 250 г сахарного песка и добавляем к ним 200 г размягчённого маргарина, 3 ст.л. сметаны, 1 ч.л. питьевой соды, погашенной 1 ч.л. уксуса или лимонной кислоты, и 3–4 стакана просеянной пшеничной муки.

Замешиваем мягкое тесто и кладём его в форму, выпустив по бокам бортики. Выпекаем минут 20, затем выкладываем на пирог начинку в виде нарезанных яблок (можно положить вишню без косточек или клубнику), закрываем бортики и заливаем пирог яичными белками, взбитыми с сахарным песком.

Поверхность пирога покрываем тонким слоем яичного белка и продолжаем выпекать, уменьшив температуру, ещё минут 8-10.

Ещё один **пирог без названия**, который можно назвать просто пирог, готовится следующим образом. 5 яиц хорошенько взбить с 1 стаканом сахара, добавить стакан муки, замесить тесто и, выложив его в смазанную маслом форму, испечь в духовке.

Полезный совет: не ставьте пирог в духовку сразу же. Дайте ему 15–20 мин. постоять и подняться, чтобы он стал пышнее.

Не вынимайте испечённый пирог из формы сразу, дайте ему остыть, но и не оставляйте долго на противне: он может стать влажным и пахнуть железом.

Вынув пирог, дать ему остыть, а затем разрезать на две части и смазать обе части кремом. Для крема мы взбиваем 250 г сметаны с 1 стаканом сахара и 1 яичным желтком. Крему можно придать различный цвет. Он будет розовым, если добавить к нему 1 ст.л. свекольного отвара, бежевым благодаря 1 ч.л. порошка какао и жёлтым – при добавлении 20–30 г морковного сока.

Очень популярен у нас **лимон ный пирог**. Здесь мы 200 г сливочного масла растираем с 3 ст.л. сахарного песка, одним яйцом и 250 г сметаны, кладём 0,5 ч.л. соды и щепотку соли и добавляем затем муку до получения мягкого теста.

Тесто делим на два коржа, потолще и потоньше, первый из которых раскатываем на противне.

Протираем целиком на тёрке 1 лимон и добавляем к нему стакан сахарного песка. Выкладываем массу на корж, прикрываем вторым коржом и хорошенько скрепляем концы. Выпекаем на среднем огне в течение 20 мин.

А вот другой рецепт того же, лимонного, пирога. Здесь нужно 300 г сливочного масла порубить с мукой (2 стакана), затем залить дрожжами, предварительно разведёнными в тёплом молоке (1/2 стакана), и замесить тесто.

Разделить тесто на две части (в пропорциях 1:2) и положить в холодильник на 30 мин. Протереть 1 лимон через тёрку и смешать с 2 стаканами сахарного песка. Далее – по вышеприведенной технологии.

Можно испечь **пирог с абрикосами.** Для этого смешать 250 г муки с 1 желтком, 125 г сахарной пудры, 125 г маргарина, щепоткой соли, ½ пакетика ванилина, натёртой лимонной цедрой, затем добавить немного воды, замесить тесто и поставить его на некоторое время в холодное место.

Далее тесто нужно раскатать, уложить на смазанный маслом противень, проткнуть в нескольких местах вилкой и приподнять края теста на 2 см.

Половинки абрикосов (1 кг) посыпать сахаром (5 ст.л.), слегка потушить в небольшом количестве воды, вынуть из сиропа и уложить поверх теста. Абрикосы смазать абрикосовым вареньем (2 ст.л.).

Выпекать пирог в духовке в течение 15 мин. при температуре

220 град., затем остудить его и подавать, украсив сверху сливками, взбитыми с ванильным сахаром.

Шоколадный пирог делается так. Ржаной чёрствый хлеб натирается на тёрке, затем к нему добавляется растопленное сливочное масло или маргарин (2 ст.л.), всё хорошенько растирается. Затем добавляются сметана (4 ст.л.), яичные желтки (2 шт.), порошок какао (1 ст.л.), сахарный песок (0,5 ст.) и ванилин (по вкусу).

Всё тщательно растирается, к массе добавляются взбитые в пенку яичные белки, и вновь всё перемешивается.

Выкладывается в смазанную маслом и обсыпанную молотыми сухарями (1 ст.л.) форму, поверхность разравнивают и выпекают в духовке в течение 30–35 мин. при температуре 220–230 град.

Рецепты яблочных пирогов у каждой хозяйки разные. Здесь мы предлагаем вам некоторые из них.

Пирог яблочный «Простой». Хорошенько взбиваем 3 яйца с 1 стаканом сахарного песка и насыпаем 1 стакан муки. Противень смазываем маргарином и посыпаем манной крупой.

> Информация к сведению: чтобы узнать, испёкся ли пирог, надо просто проткнуть его деревянной палочкой.
>
> Если она останется сухой, значит, пирог готов.
>
> Готовность крупных пирогов определяется по нижней корочке.
>
> Если она румяная и легко отделяется от противня, значит, пирог достаточно пропёкся.

Нарезанные тонкими ломтиками яблоки ровным слоем распределяем на противне и равномерно заливаем тестом. Выпекаем в духовке до готовности. В готовом виде перевернуть на поднос так, чтобы яблоки оказались сверху.

Для приготовления **творожно-яблочного пирога** смешиваем 200 г маргарина, 200 г творога, 1 стакан сахара, 2 яйца, 1 ч.л. уксуса, 0,5 ч.л. соды и 2,5 стакана муки. Полученную массу делим на два коржа, один из которых выкладываем на холодную сковороду. Мелко нарезаем яблоки (0,5 кг) и равномерно распределяем их по коржу, затем накрываем вторым коржом, скрепляем края и выпекаем в духовке на медленном огне.

Яблочный пирог с клюквой. Яичные белки (2 шт.) аккуратно отделяем от желтков и ставим на холод. Яичные желтки тщательно растираем с сахарным песком (3/4 стакана) и вливаем уксус (1 ст.л.), предварительно растворив в нём питьевую соду (1/3 ч.л.), молоко (1 ст.) и растопленный маргарин (200 г).

Всыпаем просеянную пшеничную муку (10 ст.л.) и

замешиваем однородное тесто. Выкладываем его в смазанную маслом форму. По всей поверхности теста глубоко укладываем тонко нарезанные ломтики яблок (3–4 шт.). Выпекаем в духовке в течение 45 мин. при температуре 180–200 град. Охлаждаем.

Яичные белки взбиваем, обязательно добавив к ним 1/3 ч.л. соли. В конце процесса взбивания добавляем 1/4 стакана сахарного песка. Взбитые белки наносим на поверхность охлаждённого пирога, украшаем клюквой (3 ст.л.). Выпекаем в духовке в течение 3 мин. при температуре 200 град.

Чтобы приготовить **пирог яблочный «Воздушный»**, требуется всего лишь испечь 5–6 крупных яблок, протереть их и смешать с ½ стакана сахарного песка и 6 взбитыми яичными белками, после чего выложить в форму, обсыпать сахарной пудрой и поставить в духовку на 25–30 минут.

Готовим **рулет творожный** с яблоками. Здесь, очистив яблоки (600 г), разрезаем каждое на 8 частей и затем каждую часть ещё поперёк тонкими пластинками. Сливочное масло (100 г) растираем с творогом (100 г) до получения однородной массы и, посолив, соединяем с мукой (1 стакан).

При желании испечь наскоро **кекс простой** мы к 1,5 стаканам взбитого сахарного песка добавляем 1,5 стакана пшеничной муки, снова взбиваем и выливаем эту массу на противень. Крем изготавливаем из 200 г сливочного масла и 1 банки сгущённого молока.

А вот **кекс «Южный».** 100 г сливочного масла растираем со

150 г сахарного песка и прибавляем к ним пшеничную муку (250 г) с ванилином и содой (1 ч.л.). К полученной массе добавляем 2 яйца и 100 г молока, всё тщательно перемешиваем в течение нескольких минут.

Готовое тесто раскатываем на два одинаковых тонких коржа.

На нижний корж кладём начинку из измельчённых грецких орехов или миндаля (200 г), смешанных со 100 г сахарного песка, 1 ч.л. картофельного крахмала и небольшим количеством воды.

Покрываем сверху другим коржом и выпекаем на противне в течение 40–45 мин при температуре

180-200 град. Чтобы испечь **бисквит на трёх яйцах**, нужно взять 2 яйца, разбить их, не отделяя желтки от белков, всыпать туда 1 ст. сахарного песка, хорошенько всё перемешать, затем добавить ½ стакана сметаны, вновь перемешать и, наконец, прибавить к массе 1,5 стакана муки и 1 ч.л. соды. Всё перемешать и поставить в духовку на 15 минут.

Полученное тесто разрезаем пополам и ставим ненадолго в холодильник, после чего раскатываем на два коржа, каждый из которых покрываем яблоками и, густо присыпав сверху сахаром, сворачиваем в рулет.

Смазываем яйцом и ставим в духовку на средний огонь. Выпекаем до образования румяной корочки и вынимаем из

духовки.

Пирог «Безе» пикантен, наряден и вкусен. Берём яйца (5 шт.) и отделяем белки от желтков. Белки кладём в холодильник, а желтки смешиваем с 250 г сахарного песка и 100 г размягчённого сливочного масла. Затем соду (1 ч.л.) смешиваем со сметаной (100 г), насыпаем муку (1 стакан) и всё перемешиваем, доведя консистенцию до оладьевой.

Сковороду смазать маслом, присыпать мукой и вылить в неё нашу массу.

Сверху равномерным слоем посыпать рубленые орехи (250 г) и положить в духовку.

Затем хорошенько взбить белки и добавить в них 1 стакан сахарного песка и 1 ч.л. крахмала. Когда пирог почти пропечётся, положить белковую массу поверх него и снова выпекать до готовности.

Разрезать в горячем виде и оставить в духовке до остывания.

Вот **пирог «Медовый».** ½ стакана мёда смешиваем с 1 стаканом сахарного песка и, непрерывно помешивая, прогреваем на медленном огне до полного растворения сахара.

В остывшую массу всыпаем 1 ч.л. погашенной уксусом соды и вбиваем 3 яйца. Затем добавляем 3,5 стакана муки и замешиваем тесто, из которого скатываем «колбаску» и, разрезав её на 5 равных частей, раскатываем 5 коржей.

Поскольку тесто получается липким, необходимо насыпать на доску большое количество муки. Как можно тоньше раскатываем по одному коржи и, навернув на скалку, аккуратно расстилаем каждый на противне. Затем обрезаем острым ножом края коржа, пропекаем его в течение 5 мин. в хорошо разогретой духовке, пока он не станет розового цвета. Таким образом выпекаем все пять коржей и отдельно от них печём все обрезки от нашего теста, которые позднее растолчем.

Для крема взбиваем 600 г сметаны с 1 стаканом сахарного песка и всыпаем сюда же 1 стакан очищенных орехов и цедру 1 лимона.

Этим кремом смазываем все коржи, за исключением верхнего, на который кладём разделочную доску, а поверх – небольшой груз, к примеру, литровую банку с водой. Часа через 4 смазываем кремом и верхний слой, посыпав его толчёными обрезками коржей.

Из дрожжевого теста наиболее лакомым и традиционным блюдом является у нас **пахлава.** 10 г дрожжей разводим в тёплой воде, добавляем 250 г муки, 1 ст.л. сметаны, 1 яйцо, 250 г сливочного масла и соль (на кончике ножа).

Замешиваем тесто и, раскатав его примерно в толщину 1 мм,

раскладываем на смазанный маслом противень. Сверху посыпаем начинкой из толчёных грецких орехов, смешанных с сахарным песком, и закрываем вторым слоем теста. Затем смазываем маслом и снова посыпаем начинкой. Таким образом делаем несколько слоёв, после чего разрезаем пахлаву на ромбики и смазываем яичным желтком верхний слой. В середину каждого ромбика кладём половинку ореха и выпекаем в течение 35–40 мин. при температуре 180–200 град.

Затем заливаем поверхность пахлавы сиропом или мёдом и снова ставим в духовку минут на 5.

Внимание: вместо грецких орехов хорошо пойдёт очищенный и пропущенный через мясорубку миндаль.

Лезгинская кухня предложит вам очень вкусный **хворост**. Рецепт его изготовления таков: смешиваются полстакана молока, 1 ст.л. сметаны, 3 яичных желтка, 1 ст.л. сахарного песка и ¼ ч.л. соли, затем сюда всыпается 2,5 стакана муки. Замешивается крутое тесто, которое нужно раскатать как на лапшу, а затем нарезать полосками длиною примерно в 10 см.

Далее необходимо переплести между собою по 2–3 полоски и, соединив их концы, опустить в кипящее растительное масло или жир. Когда хворост всплывёт и зарумянится, вынуть его и переложить в сито или на бумагу, посыпав сверху сахарной пудрой.

Теперь предлагаем вашему вниманию **обычный дрожжевой пирог** без названия. Размешиваем 1 ч.л. сахарного песка и 80 г дрожжей и ставим в тёплое место, чтобы поднялись. В подогретую в миске муку (0,5 кг) добавляем соль, лимонную цедру, немного ванилина, поднявшиеся дрожжи и молоко (0, 25 г), смешанное с 2 яичными желтками и 100 г растопленного сливочного масла.

Тесто обсыпаем мукой, накрываем полотенцем и ставим в тёплое место, чтобы поднялось. Через час-полтора раскатываем из теста два коржа толщиной в 1,5 см, сверху выкладываем начинку и выпекаем в хорошо разогретой духовке. Готовые пироги можно посыпать сверху сахарной пудрой.

Дрожжевой пирог хорошо идёт с начинкой из творога или мака.

Для **творожной начинки** растираем 50 г сливочного масла с 70 г сахарного песка, добавляем 300 г творога, взбитые яйца (1–2 шт.), ванилин, лимонную цедру, соль и, наконец, взбитые белки.

Для **начинки из мака** отвариваем 0,35 г молока со 120 г молотого мака, пока последний не станет мягким, добавляем 1 ч.л. масла и снимаем с огня, загустив затем массу мукой, перемешанной с разогретым сливочным маслом и сахаром. Начинку охлаждаем и выкладываем на тесто.

Вот **пирог дрожжевой**, для приготовления которого потребуется не меньше 2-х часов. Порубите 200 г маргарина с 4 стаканами муки. В отдельной посуде смешайте 200 г сметаны, 1 стакан молока, 3 яйца, 1 ч.л. соли и 30 г дрожжей, растёртых с 1 ст.л. сахарного песка. Соедините муку с этой массой и разделите получившееся тесто в соотношении 2:3. Разложите на противне сначала слой теста потолще, а поверх начинки – тонкий.

Поместите противень на 2 часа в холодную духовку, а затем пеките.

Начинка здесь может быть любая: от мясной и капустной до сладкой.

Помимо пирогов, в большой чести у нас всевозможные печенья и рулеты.

Вот, например, **печенье простое.** Необходимо растопить 200 г маргарина, всыпать туда 1 стакан сахарного песка, положить 3–4 яйца, 1 стакан муки и 1 стакан крахмала. Всё смешать и выпекать, выложив на горячий противень по 2 ст. л массы.

А вот **печенье с миндалём**. В растёртое добела топлёное масло (4–6 ст.л.) всыпают сахарный песок (0,5 стакана), кладут яйца (2 шт.) и измельчённую цедру 1 лимона. Всё хорошенько выбивают до получения однородной массы.

> Полезный совет: дрожжи в тесто кладите строго по норме.
>
> Прежде чем класть дрожжи в тесто, разведите их в небольшом количестве тёплой воды или молока с сахаром и мукой.

Затем всыпают просеянную пшеничную муку (1,5 стакана), смешанную с питьевой содой (1/4 ч.л.), и замешивают тесто.

Тесто раскатывается в пласт толщиной в 1 см и из него вырезается специальной выемкой печенье различной формы, которое, в свою очередь, выкладывается на посыпанный мукой противень. Затем печенье смазывается яйцом и посыпается мелко нарубленным миндалём (0,5 стакана), охлаждается минут 15–20 в холодильнике и выпекается в течение 8-10 мин. при температуре 250 град.

Другой рецепт миндального печенья предлагает вымесить с мукой 3 ст.л. свежей сметаны, 3 ст.л. густых сливок, 1,5 ст.л. масла, 3 яйца и 2 ст.л. сахарного песка. Муки, как говорится, сколько возьмёт.

Сделайте печенье, выложите его на смазанный маслом противень, поверхность печенья смажьте яичным желтком, посыпьте рубленым миндалём и сахаром и выпекайте в духовке

на слабом огне до готовности.

Печенье «Творожное». Растопите 200 г сливочного масла, добавьте к нему 200 г творога и тщательно перемешайте. Затем добавьте 4 ст.л. сметаны, 2 яйца, соль (на кончике ножа), половину чайной ложки питьевой соды и продолжайте помешивать. Добавьте к массе 3,5 стакана муки и, замесив тесто, раскатайте пласт толщиной в 2–3 мм.

Рюмочкой или стаканом вырежьте лепёшки, каждую обмакните одной стороной в сахарный песок. Перегните лепёшку пополам сахарной стороной внутрь и слегка прижмите края, выложите получившиеся полумесяцы на смазанный маслом противень. Выпекайте в духовке на среднем огне до подрумянивания.

А вот очень вкусное **печенье «Песочное»**. Разотрите добела 1 стакан сахарного песка и 3 яйца, прибавьте сюда 1 стакан топлёного масла, 2 стакана муки и немного ванили.

Смажьте сковороду маслом, положите туда ваше тесто и пригладьте его смоченной в воде рукой. Затем присыпьте сверху сахарным песком и выпекайте до готовности. Разрезайте на формы горячими.

Вот ещё **печенье без названия**. Взбиваем 4 яйца с 1,5 стаканами сахарного песка и добавляем 200 г сметаны, 200 г масла, 2,5 стакана муки и 1 ч.л. гашеной в уксусе соды. Всё смешиваем и делим на две части. В одну из них добавляем 2 ч.л. порошка какао.

В разогретой сковороде расстилаем смазанную маслом бумагу и выкладываем сначала 2 ложки белой, а затем – сразу и не размазывая – 1,5 ложки коричневой массы. Выпекаем на медленном огне в духовке в течение 40–45 минут.

Для приготовления всеми любимого **орехового рулета** кладём в кастрюлю 100 г сливочного масла и хорошенько сбиваем в течение 15 минут. Добавляем к нему 170 г сметаны, 400 г муки и соль, всё смешиваем и выкладываем полученное тесто на доску.

200 г очищенных грецких орехов слегка обжариваем на сухой сковороде и пропускаем через мясорубку, затем смешиваем с 1 стаканом сахарного песка, 1 ст.л. мёда и 0,5 ч.л. корицы.

Тесто делим на небольшие порции и раскатываем в форме круга толщиной в 5 мм, присыпая его мукой, чтобы не липло. Ровным слоем выкладываем начинку и закатываем тесто в форме рулета.

Поверхность его смазываем яичным желтком и выпекаем на противне в духовке в течение 30–35 минут при температуре 190–200 град.

Трудно сказать, когда именно на дагестанских столах появился торт **«Наполеон»** – других тортов мы ещё и не видывали, а вот «Наполеон», кажется, был всегда! Итак, смешать 1 стакан молока, 2 яйца, 1 ст.л. сливочного масла, 2 ст.л. «с горкой» сметаны, 3 ст.л. сахарного песка и соль на кончике ножа.

Муку всыпать понемножку, и тесто замешать как можно мягче. Через 20 мин. всё снова перемешать, сделать две колбаски, нарезать их на лепёшки (приблизительно 16–20 шт.). Лепёшки раскатать на тонкие коржи и выпекать. После выпечки края коржей разровнять острым ножом, а обрезки теста покрошить.

Для крема 5 яичных желтков и 1,5 стакана сахарного песка взбить до состояния «гоголя-моголя», затем к этой массе добавить 0,5 стакана холодного кипячёного молока и 3 ч.л. крахмала. Всё смешать и отложить в сторону. Далее следует порубить 100 г сливочного масла и отложить на время в сторону.

Следующий этап – довести до кипения 5 стаканов молока, отставить кастрюлю в сторону и потихоньку, постоянно помешивая, влить туда желтки.

Когда в молоко влиты, наконец, все яйца, поставить кастрюлю на медленный огонь и, не прекращая помешивать, влить крахмал. Довести массу до кипения и добавить в неё рубленое масло. Снова всё смешать и отставить в сторону. (Внимание: эмалированная посуда для крема не используется!)

Каждый корж тщательно смазать кремом, а самый верхний равномерно посыпать крошевом из обрезков. Такой вот рецепт старого доброго «Наполеона».

Ну и, наконец, традиционные, неизменные и любимые всеми **«сигареты»**! Замесите отдельно тесто с маслом (200 г) и со сметаной (200 г). Затем, раскатав сметанное тесто, положите на него кусочками масляное тесто. Сверните колбаской, нарежьте на 5 частей и уберите их в холодильник на полчаса. Затем раскатайте по одному и разделите на восемь частей-секторов.

Для начинки: тщательно взбейте два яичных белка и смешайте их с молотыми орехами (250 г) и сахарным песком (200 г). Выложите по одной чайной ложке начинки на каждую из восьми частей теста и сворачивайте в сигарету – от края к центру. Выпекаем на смазанном маслом противне на среднем огне до готовности.

Чтобы испечь **«сигареты» с яблоками**, нужно в небольшом количестве тёплого молока (1 ст.) развести дрожжи (10 г) и смешать их с мукой и солью (на кончике ножа), после чего с их помощью замесить тесто, прибавив 500 г муки, 2 яйца и немного ванилина (1/3 ст.л.). Тесто поместить в тёплое место на 1–1,5 часа, чтобы поднялось.

Яблоки (0,5 кг) натереть на крупной тёрке и смешать с сахарным песком (200 г).

Тесто раскатать в пласт толщиной 4–5 мм, смазать маслом и разрезать в форме треугольников, на каждый из которых выложить начинку и завернуть затем трубочкой. Выпекать в духовке в течение 10–15 мин. при температуре 190–200 град. Готовые изделия посыпаем сахарной пудрой.

Можно сделать **«сигареты» творожные**. Для этого замешиваем с 2 стаканами муки 200 г творога, 200 г маргарина и ½ ч.л. соды. Делаем из теста 6 шариков и кладём в холодильник. Затем раскатываем каждый шарик, разрезаем его на 8 частей и сворачиваем в «сигаретки».

Выпекаем на смазанном маслом противне на среднем огне до готовности.

Глава пятнадцатая
Заключительная

Мы закончили своё кулинарное повествование, стараясь как можно шире ознакомить вас с нашей дагестанской кухней.

Сегодня она, конечно же, совсем иная, нежели каких-то сто лет назад, потому что в неё проникли (и продолжают проникать!)

блюда не только других народов Кавказа или России, но и шедевры мировой кухни, и тогда кухня Дагестана, не переставая обогащаться и привносить и сюда что-то сугубо своё, приобретает новые оттенки и новые ароматы, иными словами, новый смак!

Остались в прошлом блюда из солода или толокна, тогда являвшиеся показателем нищеты горского населения. Сегодня кухня народов Дагестана демонстрирует всевозможные изыски, обогатившись новыми ароматами специй и трав, не говоря уже о несчётном количестве овощей и фруктов.

Благодаря русскому народу дагестанцы освоили самые различные способы засолки овощей, а также приготовления разнообразных компотов и варенья, повидла и джема.

> Хотим признаться в том, что в представленных рецептах некоторые из пропорций даны, так сказать, «на глаз», и язык в них использован самый что ни есть бытовой, в расчёте на то, что любая мало-мальски разбирающаяся хозяйка сразу поймёт, что означает «муки – сколько возьмёт» или «варить на среднем огне до полуготовности».

И всё же, несмотря на перемены, традиционная дагестанская кухня жила, живёт и умирать не собирается!

Если судить по интернетовским сайтам, кухня наша сегодня вызывает самый живой интерес у российских гурманов. Люди, в основном молодые, делятся друг с другом рецептами дагестанской кухни и собственными впечатлениями от неё, попутно вспоминая то, как они гостили в нашей республике, и те блюда, которыми их здесь потчевали.

В основном все восторги обращены – и вполне справедливо – к хинкалу, курзе и чуду, ибо они, как «наиболее национальные» из блюд, в наибольшей степени и пришлись по душе.

Если нам удалось в этой книге увлечь вас и другими дагестанскими блюдами, мы будем считать нашу миссию выполненной.

В заключение мы хотели бы раскрыть вам ещё один маленький, но, пожалуй, самый главный секрет приготовления. Любое из представленных здесь блюд получится у вас беспроигрышно вкусным и привлекательным, если ко всем компонентам во всех без исключения рецептах вы будете добавлять немного вашей души. Душа, как известно, – субстанция не уменьшающаяся, а даже наоборот, и поэтому, сколько ни добавляй, её не убудет.

Так прямо и рассчитывайте: «200 г сметаны, 2 яйца, один стакан муки и немного души…» – и всё у вас получится о’кей!

Ну, а если возникнут какие-то непонятные вопросы с изготовлением наших блюд, приезжайте в Дагестан. Встретим и поможем!

Кулинарная мини-энциклопедия молодой хозяюшки

Азу – нарезанные в виде маленьких кубиков кусочки говяжьей вырезки весом примерно 10–15 г каждый.

Айран – освежающий напиток из охлаждённого кислого молока и воды. Будет ещё более приятным, если смешать молоко с газированной водой.

Антрекот – порционный жареный кусок мяса, иногда предварительно отбитый.

Барбарис – ягоды дикорастущего кустарника, богатые витамином С и кислотами. В высушенном виде идёт как приправа ко многим блюдам, в частности, к шашлыку, жареному мясу и дичи. В Дагестане добавляется в сушёную домашнюю колбасу.

Бефстроганов – соусное блюдо из мелко нарезанного мяса, обжаренного с луком и заправленного сметаной.

Бешамель – соус, приготовленный из молока, масла и муки.

Бифштекс натуральный – порционный кусок жареной вырезки с гарниром из жареного картофеля. В правильно поджаренном виде – сочный и мягкий, относится к самым деликатесным мясным блюдам.

Бланшировка – ошпаривание продуктов паром или кипятком.

Бобовые – замачивайте только в холодной воде, в тёплой они закисают.

Бульон – жидкость, в которой
варились продукты.

Бутерброд – ломтик хлеба, смазанный маслом, с тонко нарезанными по размеру хлеба ломтиками сыра, мяса, рыбы, колбасы и т. д.

Ванилин – искусственный порошок белого цвета, обладающий ароматом натуральной ванили и применяемый для приготовления сладких блюд и сдобного теста.

Выбить – вымесить, размешать.

Вымачивание – погружение продуктов в воду.

Гарнир – составная часть вторых блюд, горячих и холодных закусок.

Горчица – острая приправа, подходящая преимущественно к мясным блюдам.

Гренки – подсушенные и подрумяненные ломтики мякоти белого хлеба (батона, буханки).

Гуляш – нарезанное мелкими кусочками мясное филе.

Десерт – свежие фрукты и ягоды; фруктово-ягодные салаты, компоты, желе, муссы, суфле, мороженое, кондитерские изделия и т. д.

Канапе – небольшие закусочные бутерброды – поджаренные ломтики белого хлеба без корочки, различные по форме, с уложенными на них продуктами в виде какого-нибудь рисунка.

Капуста – любит тёмное, сухое и прохладное место.

Картофель – для салатов и винегретов варится в кожуре, затем охлаждается, очищается и нарезается ломтиками. Как и капуста, в свежем виде лучше сохраняется в тёмном, сухом и прохладном месте.

Киндза – молодая зелень кориандра, содержащая эфирные масла и отличающаяся своеобразным пряным запахом. Употребляется в свежем или засушенном виде.

Кляр – жидкое тесто, куда обмакиваются кусочки продуктов перед обжариванием их в кипящем масле.

Котлеты натуральные – баранья или телячья корейка, нарезанная вместе с реберной косточкой.

Котлеты отбивные – такие же, как натуральные, только перед жаркой панируемые в сухарях.

Лангет – удлинённый и тонко отбитый кусок говядины или телятины.

Лук репчатый – наиболее хорош для салатов крупный и сладкий. Для удаления горечи поливают в нарезанном виде уксусом.

Люля-кебаб – обжаренные колбаски из мясного фарша с добавлением лука.

Молоко – не пригорит, если дно кастрюли облить перед кипячением холодной водой.

Омлет – яйца, взбитые с молоком и поджаренные на сковороде.

Откинуть – отделить продукт от жидкости с помощью сита или дуршлага.

Опара – тесто, приготовленное на муке и дрожжах.

Окрошка мясная – холодный суп, состоящий из хлебного кваса, мяса, зелёного лука, свежих огурцов, картофеля, яиц.

Окрошка овощная – холодный суп из зелени и овощей.

Панировка – покрытие продукта слоем муки или молотых сухарей.

Пассерование – лёгкое обжаривание нарезанных лука, моркови и томатной пасты в слабо нагретой посуде.

Петрушка – огородное растение двух видов: корневая и листовая. Используется в качестве ароматической пряной приправы к различным блюдам.

Припускание – отваривание продуктов в посуде с закрытой крышкой в собственном соку или с добавлением масла и небольшого количества жидкости.

Проварить – варить на небольшом огне, помешивая и не доводя до кипения.

Печень по-строгановски – печень, нарезанная брусочками и обжаренная в масле с добавлением специй.

Рис – лучше всего варить в глубокой кастрюле с толстым дном. Он не разварится, если добавить в кипящую воду немного молока.

Ромштекс – порционный, запанированный в сухарях кусок мяса.

Ростбиф – кусок вырезки, зажаренный целиком.

Рыба – подаётся на стол как в горячем, так и в холодном виде.

Салаты – заправляются сметаной, майонезом, растительным маслом и специально приготовленными для них заправками.

Сельдерей – самый ароматный и нежный из белых кореньев. Различаются три вида: корневой (для супов и бульонов), черешковый (для салатов) и листовой (используется как пряность).

Сироп – вскипячённая вода с сахаром.

Соус – составная часть многих блюд. Различают соусы с мукой, применяемые только в горячем виде, и соусы без муки, приготовленные на растительном масле и применяемые в холодном виде.

Специи – соль, перец, лавровый лист, гвоздика, корица, лимонная кислота, хмели-сунели и другие пряности, предназначенные для придания пище вкуса и аромата.

Тархун – травянистое растение, в свежем и высушенном виде обладает пряным ароматом и используется при заготовке солений и маринадов, а также в качестве приправы к различным блюдам.

Тесто – различают дрожжевое (кислое) и бездрожжевое (пресное). Последнее готовится преимущественно на сметане.

Укроп – однолетнее растение с сильным пряным ароматом. Используется в кулинарии в измельчённом виде при изготовлении первых и вторых блюд и закусок.

Уксус – незаменимая приправа к закускам, салатам и некоторым первым блюдам. Необходим для солений и маринадов.

Филе натуральное – порционный кусок жареной вырезки.

Фри – продуктовые изделия, жаренные в большом количестве масла или жира.

Фрикадельки – шарики из мясного, куриного или рыбного

фарша.

Фритюр – кипящая смесь из топлёного и растительного масла.

Хрен – острая приправа к мясным и рыбным блюдам, также хорошо идёт с холодцом.

Цедра – верхний слой цитрусовой корки.

Чебуреки – жаренные в большом количестве масла или жира тонкие пирожки с фаршем из баранины и лука.

Чай – рекомендуется заваривать в фаянсовом или фарфоровом чайнике.

Чеснок – должен быть хорошо просушен. Хранить его нужно в не очень тёплом и не очень холодном месте.

Шафран – разновидность луковичного растения, в сушеном виде применяется при изготовлении теста и различных восточных блюд. Придаёт блюдам ярко-жёлтый цвет и приятный аромат.

Шинковать – измельчить/нарезать продукт на кусочки одинаковой формы и размера.

Шницель – панированный в сухарях кусок жареной без кости баранины, говядины или телятины.

Шашлык – замаринованные в винном уксусе с добавлением лука, специй и зелени и обжаренные на шампуре кусочки баранины, курицы или рыбы.

Яичница – будет красивей, вкусней и полезней, если её жарить на медленном огне.

Яйца – сваренные вкрутую, тут же опустите в холодную воду – так они легко очистятся от скорлупы.

БиБлиоГраФия

1. Агаширинова С.С. Материальная культура лезгин. – М., 1978.

2. Булатова А.Г. Лакцы. Историко-этнографическое исследование. (XIX – начало XX вв.) – Махачкала, 2000.

3. Гаджиева С.Ш. Кумыки. – М. 1961.

4. Гаджиева С.Ш., Османов М.О., Пашаева А.Г. Материальная культура даргинцев. – Махачкала, 1967.

5. Гаджиева С.Ш. Кумыки. – М., 1961.

6. Гаджиева С.Ш., Османов М.О., Пашаева А.Г. Материальная культура аварцев. – Махачкала, 1967.

7. Гамзатова А. Ш. Гостеприимство и куначество у горцев Центрального и Западного Дагестана в XIX – начале XX века. – Махачкала, «Эпоха», 2008.

8. Иллаев А. В помощь учителю домоводства. – Махачкала, 1985.

9. Касумов С., Иллаев А. Кулинария народов Дагестана. – Махачкала, 1994.

10. Магомедов Р.М. История Дагестана. – Махачкала, 1968.

11. Мирзоев Ш. А. Культура и традиции народов Дагестана. – Махачкала, Изд-во НИИ педагогики, 2005.

12. Сборникъ сведений о кавказскихъ горцахъ, издаваемый съ соизволенія Его императорскогаго высочества, Главнокомандующаго Кавказскою Арміею при Кавказскомъ Горском Управленіи. – Выпуск III. Тифлисъ, 1980.